

# **Tietoisuuden tasot ja tietoisuustaidot**

## **Platonista transmoderniin aikaan**

**Marko Mikkilä/71055**  
**Progradu**  
**Turun yliopisto**  
**Kasvatustieteiden laitos**  
**kevät-2012**

## **Tiivistelmä**

Tämä on kasvatustieteellinen ja -psykologinen, teoreettinen sekä fenomenologisesti hermeneuttinen, tutkielma ihmisen tietoisuuden tasoista - ja tietoisuustaidoista, jotka voivat auttaa tietoisuuden tasoilla eteenpäin.

Länsimaisen filosofian – ja näin ollen myös kasvatustieteen - kivijalka ovat Platonin ja Aristoteleen antiikin aikaiset teokset. Platon puhui aikoinaan tiedon tasoista pääteoksessaan Valtio (1999) ja Aristoteles loi pohjan klassiselle hyve-etiikalle teoksissaan Nikomakhoksen etiikka (1989) ja Poliitikka (1991). Useista eri idän viisausperinteistä löytyy Platonin kuvauksen kaltaisia jaotteluja eri tasoista, joita ihminen voi saavuttaa vielä ns. tavallisen aikuisuuden saavuttamisen, toisin sanoen formaalisoperationaalisen eli rationaalisen tietoisuuden tason, jälkeenkin. Ja näissä viisausperinteissä painotetaan yleensä tietoisuuden tasoilla nousun sekä eettisen käytöksen yhteyttä.

Myös länsimaiset modernit filosofit ja kehityspsykologit ovat tehneet erilaisia teoreettisia jaotteluja ihmisen kehityksen suhteen. Amerikkalainen filosofi Ken Wilber (2000a) on tehnyt mielestäni kattavaimman teoreettisen konstruktion tietoisuuden tasoista. Hän on nimenomaan onnistunut hedelmällisellä tavalla yhdistämään länsimaisen kehityspsykologian sekä idän kontemplatiiviset perinteet.

Tämä työ jakaantuu kolmeen osaan: Ensimmäinen osio luo laajalti teoreettista pohjaa platoniseen tapaan eli koko Kosmos nähdään orgaanisena kokonaisuutena. Tämän jälkeen, toisessa osiossa, tutkielma esittelee yksityiskohtaisesti Wilberin (2009) teorian tietoisuuden tasoista. Tutkielman kolmas osio puolestaan käsittelee tietoisuustaitoja eli hahmottelee konkreettisia metodeja kuinka tietoisuuden tasoilla voi edesauttaa ihmisten etenemistä, kohti tietoisempaa elämää, kohti hyvää elämää.

Tässä tutkielmassa päädytään siihen, että yksilöllinen tietoisuuden tasolta seuraavalle eteneminen on aina ihmisen sisäinen paradigman muutos – ja nimenomaan tällaisten yksilön perustoja vavisuttavien muutosten aikaansaaminen tulisi olla filosofian – ja myös kasvatustieteiden - opetuksen – ja yleensäkin opetuksen – yksi tehtävä. Eettisyys on aina avainasemassa kasvatuksessa; ja kasvatusta voi olla eettistä, kun se tapahtuu oikeanlaisesta sisäisestä tilasta käsin. Ja tietoisuuden tasoilla etenemisen myötä lisääntyy spontaani eettinen käytös. Näin ollen, tietoisuustaidot tulisi ottaa isompaan rooliin formaalissa koulutuksessa, ja myös ennen kaikkea opettajain koulutuksessa.

Tärkein jatkotutkimusehdotus on suomalaisen koulutusmaailmaan sopivan sovelluksen luominen Wilberin teoriasta.

Avainsanat: tietoisuustaidot, tietoisuuden tasot, Itse/minuus/ego, Ykseys

MIKKILÄ, MARKO: Levels of Consciousness and consciousness skills  
Masters thesis, 235 s., Andragogy, May 2012

### **Abstract**

This is a philosophical and psychological study on education; in form of a theoretical and phenomenologic-hermeneutical study on levels of consciousness - and consciousness skills, which can help forward on the path of levels of consciousness.

The western philosophy – and thus also the science of education – is deeply rooted on the works of Plato and Aristotle of antiquity. Plato talked in his time of levels of knowledge in his masterpiece *Polis* (1999) and Aristotle laid the cornerstones for classical virtue-ethics in his *Nicomachean Ethics* (1989) and *Politics* (1991). A myriad of eastern philosophical traditions include hierarchies of levels – which are similar to Plato's - that a human being can achieve after so called normal adulthood i.e. formaloperational or rational level of consciousness. And in these traditions, it is often emphasized that rising on the levels of consciousness usually means changes in ethical conduct of the individuals – not much unlike Aristotle talked about these matters.

Western modern philosophers and developmental psychologists have also made several theoretical hierarchies on the development of human beings. The american philosopher Ken Wilber (2000a) has, in my opinion, reconstructed the most encompassing theory on the levels of consciousness. Namely, he has succeeded in joining together western developmental psychology and eastern contemplative traditions in a fruitful manner.

This study is divided into three parts: The first part mainly creates a theoretical base in a platonic manner i.e. the Kosmos is seen as an organic wholeness. After this, in the second part, this study introduces in detail the theory of Wilber (2000b) on the levels of consciousness. The third part of the study discusses consciousness skills i.e. different concrete methods are given on how to go forward on the path of the consciousness, towards a more conscious living, towards a good life.

In this study, the conclusion is that breaking to a new level of consciousness is always a shift of inner paradigm – and, in fact, this type of fundamental changes in human beings should be one essential aim of teaching philosophy – also inside the science of education – and also teaching in general. Ethics always holds a key position when it comes to education and upbringing; and education can be ethical, when it happens from a correct inner state. And it seems, that reaching higher levels of consciousness always means, that spontaneous ethical conduct increases. Thus, consciousness skills should have a bigger role in the formal education system, and especially in the education of teachers.

The most important suggestion for future research is to create an application of Wilber's theory, which fits the Finnish system.

Keywords: consciousness skills, levels of consciousness, Self/me/ego, Oneness

*“Gnothi Seauton!”*

*“Tunne itsesi!”*

*”Känn dig själv!”*

*“Know Thyself!”*

(...tämä vaativa elämänohje oli hakattuna muinaisessa Kreikassa Delfoissa sijaitsevan Apollon eli auringon jumalan temppelin päätykolmioon...) (ks. esim. *Alkibiades*)

# SISÄLTÖ

## Tiivistelmä

## Abstract

”Saatesanat”

<b>1 Johdanto .....</b>	<b>7</b>
<b>2 Tutkimuksen ontologiset lähtökohdat, tarkoitus, tietoinen tavoite ja tutkimustehtävä .....</b>	<b>11</b>
<b>3 ”LUOLA” eli historiallista ja teoreettista taustaa .....</b>	<b>23</b>
3.1 Filosofian historiaa eli platonismista .....	26
3.1.1 Filosofia elämäntapana länsimaisessa perinteessä.....	29
3.1.2 Luolavertaus eli tiedon tasoista .....	35
3.2 Etiikkaa eli ihmisluonnetta .....	39
3.2.1 Platoniset <i>ideat</i> etiikan pohjana .....	45
3.2.2 Etiikka ja kehon sekä mielen harjoitukset .....	49
<b>4 ”JAETTU JANA” eli Tietoisuuden tasoista .....</b>	<b>53</b>
4.1 Tietoisuuden eri aspekteja .....	55
4.2 EGO? .....	60
4.3 Tietoisuuden tasot, tietoisuuden linjat, tajunnan tilat ja <i>Itse</i> .....	66
4.4 Tietoisuuden tasot kollektiivisesti .....	71
4.4.1 Neljä Suurta Aikakautta .....	75
4.4.2 Visioita ja logiikkaa? .....	83
4.5 Tietoisuuden tasot yksilötasolla .....	87
4.5.1 Sensorimotorinen eli Arkaainen ja arkaais-maaginen tietoisuuden taso .....	94
4.5.2 Esioperationaalinen eli Maaginen ja maagis-myyttinen tietoisuuden taso .....	96
4.5.3 Konkreettisoperationaalinen eli Myyttinen ja myyttis-rationaalinen tietoisuuden taso	102
4.5.4 Formaalisoperationaalinen eli Rationaalinen ja visiologinen tietoisuuden taso .....	106

4.6 Transpersoonalliset eli transrationaaliset tietoisuuden tasot .....	118
4.6.1 Psyykkinen tietoisuuden taso .....	129
4.6.2 Hienosyinen tietoisuuden taso .....	140
4.6.3 Kausaalinen tietoisuuden taso .....	144
4.6.4 Ei-dualistinen .....	155
<b>5 ”AURINKO” eli tietoisuustaidoista .....</b>	<b>161</b>
5.1 Tässä ja Nyt .....	162
5.2 Läsnäolon voima .....	179
5.2.1 Kärsimyksen jalostaminen .....	188
5.2.2 Tunne itsesi! .....	200
<b>6 Johtopäätökset .....</b>	<b>207</b>
<b>7 Pohdintaa .....</b>	<b>213</b>
”Päätösesanat”	
<b>Lähteet.....</b>	<b>222</b>
<b>Liitteet.....</b>	<b>233</b>

## 1 JOHDANTO

*“...minä haluan sinun kehittelevän omia näkemyksiäsi omalla tavallasi, omista lähtökohdistasi lähtien.”*

- Sokrates -

Usein kuulee vertailtavan itä- ja länsimaisen filosofian eroja. Silloin yleensä aina tehdään sama virhe; eli vertaillaan antiikin ajan itämaista filosofiaa modernin ajan länsimaiseen filosofiaan. Mutta; jos vertailukohdaksi otetaankin antiikin ajan länsimainen filosofia, niin erot idän ja lännen välillä eivät olekaan enää niin suuria. Itämaissa filosofia on säilynyt ihmisen itsetutkiskelun projektina, jollaisena se antiikin aikana alkoi; kun taas länsimaissa filosofiasta on – varsinkin postmodernina aikana – tullut vain älyllis-analyyttistä spekulatiota.

Antiikin ajan filosofia on myös kasvatustieteen kivijalka; ja tässä työssä tuon esille teorian tietoisuuden tasoista, joka on saanut vaikutteita sekä länsimaisesta psykologiasta, että itämaisesta filosofiasta. Mutta tämä nimenomaan itämaisilta kuulostavat ajatukset ovat myös olennainen osa länsimaisen filosofian historiaa – jos esimerkiksi otetaan vaikka Platonin legendaarisessa luolavertauksessaan (*Valtio, VI Kirja*) esittämä vertaus tiedon tasoista, joka muistuttaakin hyvinkin paljon itämaisia henkis-filosofisia oppeja erilaisista tasoista, joita ihminen voi käydä läpi. (Platonin *Teoksiin* viitattaessa käytän tekstissä ns. *Stephanus*-numerointia, jotka esiintyvät yleensä kaikissa Platonin teoksissa marginaaleissa (esim. *Valtio 163b*). Näin on helppo löytää viitattut tai siteeratut kohdat, riippumatta siitä, mitä painosta Platonin teoksesta lukee.)

Kuuluisassa *Seitsemännessä kirjeessään (341b-e)* Platon esittää ajatuksen siitä kuinka hän ei olennaismpina pitämiään asioita koskaan esitä kirjallisesti – eivätkä ne siis ole suoraan luettavissa hänen teoksistaan. Hänen mukaansa pitkäaikaisen opettajan kanssa yhdessäolon jälkeen nämä olennaisimmat oivallukset voivat äkkiä singahtaa kuin kipinä sielusta toiseen. Antiikin kreikkalainen filosofia ei hengellisyydessäänkään kurottaudu vain “tuonpuoleiseen” vaan keskittyy “tämänpuoleiseen” - ja samaa löytyy monista idän filosofioista (ks. esim. Klemola 2004). Tämänpuoleisella tarkoitan tätä läsnäolevaa elämää, joka on *tässä ja nyt* materian, solujen, mielen ja hengen ehjänä liittona. Me kuitenkin tapamme korostaa platonisessa filosofiassa meille tuttuja piirteitä ja pitää

itsestään selvänä tiettyjä tulkintoja, joita muovaa rationaalinen (eli tehokkuutta tavoitteleva) ja analyytinen (eli erittelevä) maailmankuvamme. Platonin dialogit kuitenkin viittaavat syvemmälle kuin ”analyytisesti ajatteleva mieli”, joka on ollut yleensä vastuussa Platon-tulkinnoista modernissa länsimaisessa filosofiassa – ja ne viittaavat pohjimmiltaan Hyvän ideaan ja kaiken Ykseyteen, joita on vaikea sanoin kuvata. (ks. *VII Kirje*.)

Platonin tekstit ovat ikkuna maailmaan, joka on niin kaukana tästä postmodernista maailmastamme, että joitakin eroja voi olla joidenkin mielissä jopa mahdoton ymmärtää – mutta yrittänyttä ei laiteta, niin kuin sanonta kuuluu. Platonille esimerkiksi on itsestään selvää, on olemassa oikea eettinen tapa toimia ja ihmiselämällä on joku tarkoitus (*telos*). Tämän takia Platon on moraalinen agentti; ei niinkään tuomari tai kriitikko. Ja vielä *Seitsemänteen kirjeeseen* viitaten; Platonin syvällisimmät oivallukset ovat kyllä läsnä hänen kirjoituksissaan, mutta niiden ymmärtäminen vaatii luopumista monista nyky-länsimaisista ”*reflekseistä ja valepuvuista*” (Gould 1972, IX.) Euroopan antiikin filosofiaan erikoistuneen ranskalaisen Pierre Hadotin (1993, 18) mukaan antiikin aikaan filosofisen opettajan ensisijainen tehtävä ei ollut ”*esittää oma näkemys universumista*”, vaan muovata oppilaitaan henkisillä harjoituksilla.

Akateemiset tulkitsijat ovat parin viime vuosisadan aikana paljolti riisuneet Platonilta arvokkuuden; sillä hän on enemmän kuin voi analyyttisellä filosofialla tavoittaa – PALJON ENEMMÄN. Voisi jopa sanoa, ettei ihmisten, jotka eivät pysty ymmärtämään joko intellektuaalisesti (teoriassa) tai jopa oman suoran fenomenologisen tutkimuksen kautta (käytännössä) Platonin tai Plotinoksen ”mystisempiä” ilmauksia ei pitäisi heitä edes tulkita. Antiikin platonismin ja uusplatonismin voi nähdä antavan viitekehyksen; joka yhtä aikaa sekä ”*rationalisoi uskontoa ja rajoittaa sen mielivaltaisuutta JA samaan aikaan tuo selittämättömän ja salaperäisen takaisin tieteeeseen rajoittaen sen itsetuhoisaa radikaalia empirismiä*” (Findlay 1974, X–XIII).

Erityisesti Ken Wilberin (2000a) teoria on merkittävässä osassa tässä työssä - ja ote on hermeneuttis-fenomenologinen. Uususkontojen valtakaudella vielä 1980-luvulla Wilberia pidettiin transpersoonallisen psykologian yhtenä johtohahmona. Wilber on paitsi harvinaisen laajalti lukenut, myös itse harjoittanut syvällisesti zenia ja vajrayana-buddhalaisuutta – ja julkaissut lukuisia teoksia jotka käsittelevät lännen psykologian ja



idän mystiikan yhteyttä. (Brandt 2009.) Wilber on siis luonut teorian, joita hän kutsuu ”tietoisuuden tasoiksi”; jossa hän on yhdistänyt länsimaista kehityspsykologiaa ja itämaiset henkistä kehitystä kuvaavat esitykset yhdeksi jatkumoksi. Nyt Wilberin perustaman *Integral Instituten* ajatukset leviävät kirjojen (esim. Wilber 2000a, 2004, 2009) ja internetin ansiosta; ja hänen integroivaa lähestymistapaansa sovelletaan mm. lääketieteeseen ja psykiatrian hoitomenetelmiin, politiikkaan, liike-elämään, koulutukseen ja ilmastonmuutoksen torjumiseen. (Brandt 2009; Wilber 2004.)

Niin, syvyyssuuntainen ihmistutkimus – sekä formaali että informaali – on saanut aikaan räjähdysmäisen kiinnostuksen kaikkeen humanistisesta ja transpersoonallisesta psykologiasta itämaiseen mystiikkaan, meditaatioon ja joogaan. Ja minun oma kiinnostus aihetta kohtaan tulee nimenomaan omasta, vuosia kestäneestä, joogan ja meditaation harjoittamisesta. Kaikki postmodernit ja transmodernit (ks. Huhmarniemi, Skinnari & Tähtinen, 2001; Wilber 2000b) virtaukset omaavat yhden yhtäläisen piirteen eli puhdas empirismi on kuollut. Ja tämä johtuu siitä oivalluksesta, että ulkokuoret eivät vain ja ainoastaan paljasta tietoa, vaan myös kätkevät tietoa. Itse asiassa, ne kätkevät sen kaikista mielenkiintoisimman osan, sillä jotain hyvin merkityksellistä on aina käynnissä pinnan alla – varsinkin ihmisestä puhuttaessa. (Wilber 2000a, 430.) Totuus ei siis ole ”tuolla ulkona”, vaan se on pikemminkin sisällämme...

Kääntäkäämme siis katse sisäisyytemme, tunteaksemme itsemme. *“Se, että minä voi tehdä havaintoja minästä on mielenkiintoinen ilmiö, joka ei ole koskaan lakannut hämmästyttämästä filosofeja, mystiikoita, tieteenharjoittajia ja psykologeja... Idän suuret mystikot puhuvat juuri tuosta havaintoja tekevästä minästä, eivätkä havaintojen kohteena olevasta minästä.”* (de Mello 2009, 43.) Käsitys tavallaan kahdesta minästä on tärkeä tämän työn ymmärtämisen kannalta; ja se on yleensäkin olennaista työni aiheena olevien tietoisuustaitojen kannalta. Näistä kahdesta ”minästä” käytän useimmin termejä empiirinen ja transendenttinen *ego* – puhutaan usein myös alemmasta ja ylemmästä minästä. Kun alkaa harjoittamaan ns. tietoisuustaitoja, jotka voivat toimia työkaluina inhimillisessä kasvussa ja henkisessä kehityksessä, niin tuo *transendenttinen ego* nimenomaan on onnistuneessa tietoisuustaitotyöskentelyssä tietoinen *empiirisestä egosta*. Empiirinen *ego* on mieli/keho, jota voi itse havainnoida objektin kaltaisesti. (Ja valitettavan usein ihminen samaistuu vain persoonalliseen *egoonsa*, joka on alituisen pakonomaisen ajattelumme tulosta.) Tietoisuustaitojen harjoittaminen voi johtaa ns.

*tietoisuuden tasoilla nousuun* – jota siis jo Platon kuvaili kuuluisassa luolavertauksessaan (*Valtio, Kirja VI*).

Platon tosin puhui sanatarkasti *tiedon tasoista* – mutta *Valtiota* tulkittuani, olen vakaasti sitä mieltä, että hän puhui samasta tai samankaltaisesta asiasta, kuin Wilber (2009) puhuu *tietoisuuden tasoina*. Sanat ovat usein ongelmallisia puhuttaessa tulkinnanvaraisista asioista. Esimerkkinä seuraava aforismi, josta olen kuullut seuraavaa kahta versiota: ”*Tiedosta tulee viisautta, kun siitä tulee omakohtainen kokemuksesi*”; TAI ”*Viisaudesta tulee tietoa, kun siitä tulee omakohtainen kokemuksesi*”. Molemmilla tarkoitetaan täsmälleen samaa asiaa; mutta niissä käytetään sanoja ”tieto” ja ”viisaus” käänteisissä merkityksissä. Koska tässä työssä on paljon vaikutteita itämaisestä filosofiasta, niin otan vielä esimerkin Patanjalin ”Yoga-Sutrasta” (alunperin n. 350 jaa; Iyengar 1993; ks. myös Broo 2010). Usein Patanjalin käyttämä sanskritin termi *citta* (sutra 1.2) käännetään muotoon tietoisuus (englanniksi *consciousness*); joita hän sanoo olevan viisi: tietäminen, erehtyminen, kuvitteleminen, syvä uni ja muistaminen (sutrat 1.5 - 6). Mutta tässä taas käytetään sanaa ”tietoisuus” eri merkityksessä, kuin Wilberin teoriassa puhuttaessa *tietoisuuden tasoista*. Wilberin teoriassa ”tietoisuuden taso” on pitkäksi ajaksi suhteellisen vakiintunut fyysis-psykkis-sosiaalis-spirituaalinen kapasiteetti ihmisessä. (Wilber 2009.)

Tämä tutkielma jakaantuu kolmeen osaan: Ensimmäinen osio luo teoreettista pohjaa - platoniseen tapaan - eli koko *Kosmos* nähdään orgaanisena kokonaisuutena. Tämän jälkeen, toisessa osiossa, tutkielma esittelee yksityiskohtaisesti Wilberin (2009) teorian *tietoisuuden tasoista*. Tutkielman kolmas osio puolestaan käsittelee *tietoisuustaitoja* eli hahmottelee konkreettisia metodeja kuinka tietoisuuden tasoilla voi edesauttaa ihmisten etenemistä, kohti tietoisempaa elämää, kohti hyvää elämää.

Joka tapauksessa, koska tämän työn punaisena lankana oleva tietoisuuden tasoilla nousu on eräänlaista kahden minämme välistä dialogia; niin Platonin sanoin: ”*Huuhtokaamme suolaveden maku kieleltämme käymällä virkistävän tuore keskustelu...*”

## 2 TUTKIMUKSEN ONTOLOGISET LÄHTÖKOHDAT, TARKOITUS, TIETOINEN TAVOITE JA TUTKIMUSTEHTÄVÄ

*“Millainen on yhden käden taputus?”*

- Mumonkan -

Nyt seuraa pitkä ontologis-lähtökohdallinen alustus tutkimukseni tarkoitukselle, tietoiselle tavoitteelle ja tutkimustehtävälle: Tämä tutkielma on ensisijaisesti kasvatustilfilosofiaa ja kehitystpsykologiaa. Tässä on vahva itämaisfilosofinen näkökulma asioihin; mutta kuten johdannossa mainitsin, niin antiikin aikana länsimainen ja itämainen filosofia eivät eronneet niin paljon toisistaan. Mutta tämän päivän lukijasta jotkut Platonin jutut saattavat vaikuttaa itämaisilta, koska länsimaissa kristinusko ja myöhemmin empiirinen luonnontiede muovasivat niin vahvasti meidän maailmankuvaamme.

Mutta tosiasia on, että Platonin, ja hänen oppilaansa Aristoteleen, kirjoituksiin perustuvat monet tämän päivän länsimaalaisen filosofian – ja myös kasvatustilfilosofian – lähtökohdat. Täten tämä on omalta osaltani yritys tuoda kasvatustiljatteluun, jotain joka on siinä alkujaankin ollut; mutta se on unohtunut. Platonin moninen ajatusten suuri vaikuttaja oli Pythagoras (582–496 eaa.), jonka tiedetään käyneen Intiassa – joten saattaa olla, että antiikin kreikkalaiset ajatukset tosiaan kuitenkin alkujaan ovat tosiaankin Intiasta lähtöisin. Minulle itselle Intia on merkittävä paikka, koska käynnillä vuosittain harjoittelemassa joogaa – joka puolestaan vaikuttaa minun tapaan painottaa tiettyjä asioita, tietyllä tavalla tässä kokonaisvalitsuuteen pyrkivässä tutkielmassa. Ja kokonaisvaltaisimmillaan otamme huomioon koko Kosmoksen...

Nimenomaan, pythagoralaiset ottivat käyttöön sanan *Kosmos* (500-luvulla eaa.), joka usein käännetään ”maailmankaikkeudeksi”. Mutta alkujaan sanalla *Kosmos* tarkoitettiin kaikkea olevaista järjestyneenä kokonaisuutena; ja *kaikella* tarkoitetaan IHAN KAIKKEA eli materiaa ja elollista sekä mentaalista ja henkistä – eli *Kosmos* on paljon enemmän kuin luonnontieteiden tutkimuksen kohteena oleva universumi. Tässä työssä sana *Kosmos* sisältää aina materiaalisen universumin (fysiosfääri), elollisen luonnon (biosfääri), sisäiset mentaaliset muodot (noosfääri) ja henkis-hengellisen olevaisen (teosfääri). (ks. esim. Wilber 2000b, 16.)

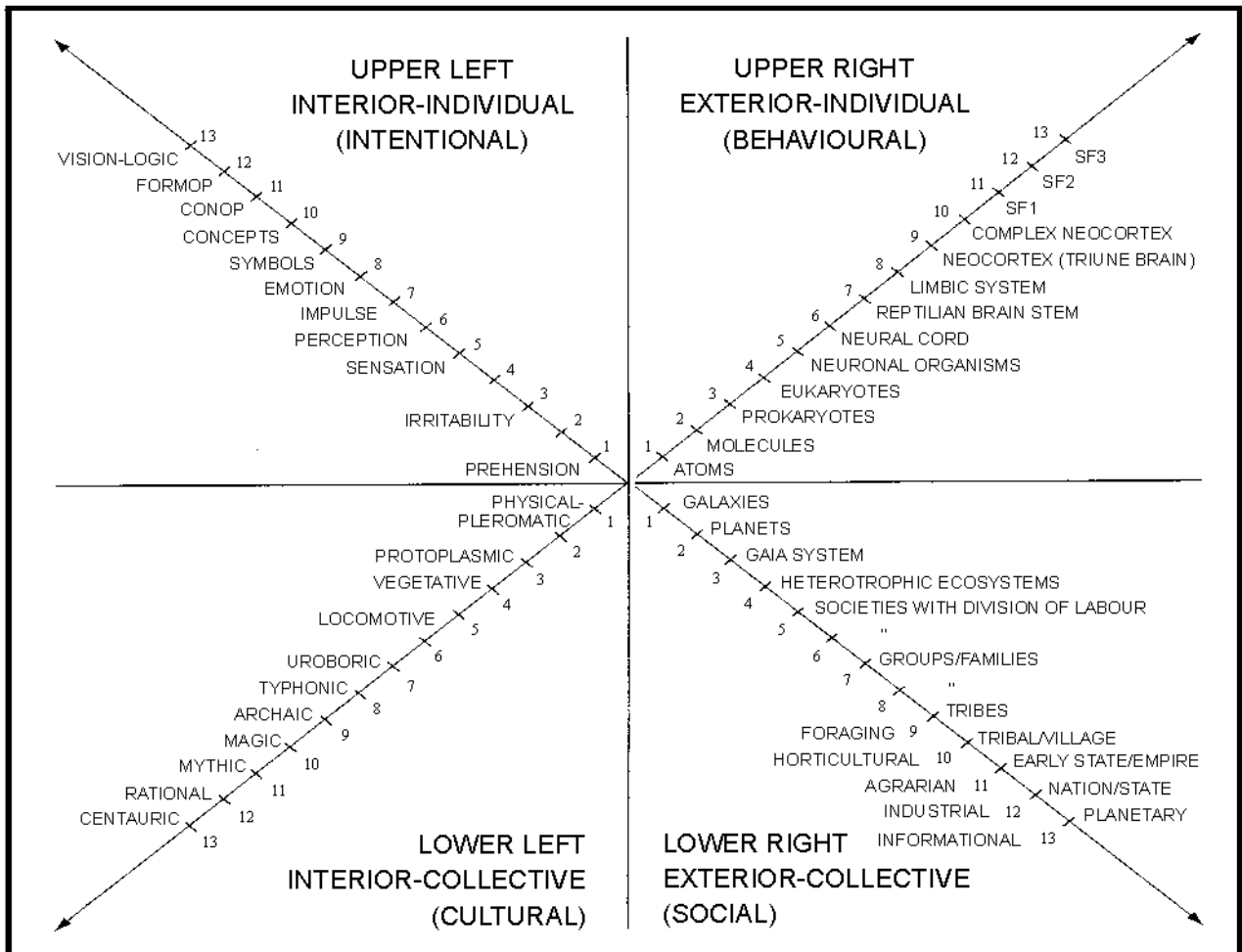
Ken Wilber (2000a, 2000b, 2004) on luonut ns. integraalisen eli ”kokonaistavan” filosofisen teorian, joka pyrkii ottamaan huomioon kaikki *Kosmoksen* eri puolet luoden yhtenäisen maailmankuvan. Hän jakaa *Kosmoksen* neljään eri kulmaukseen (ks. kuvio 1). Nämä neljä eri kulmausta kehittyvät evoluution myötä samanaikaisesti, jatkuvasti vaikuttaen toisiinsa ja peilaten toisiaan, koska ne ovat saman todellisuuden erilaisia ilmentymiä – mutta yhtä kaikki, siis, yhtä todellisia. Ja *Kosmos* voidaan toisaalta jakaa myös kahtia sisäiseen (vasen) ja ulkoiseen (oikea) – tai yksilöihin (yläosa) ja yhteisöihin (alaosa). Eli kuten Pythagoras jo aikoinaan sanoi, että ”*joka kysymystä voi katsella kahdelta puolelta*” - eivätkä ne ole toisiaan poissulkevia, vaan toisiaan täydentäviä. Näiden nurkkausten näkeminen yhden ja saman kokonaisuuden osina vähentää tieteen, taiteen, materialismin ja henkisyyden nurkkakuntaisuutta. (Wilber 2000b, 125–131.)

Nämä neljä nurkkausta (ks. kuvio 1) muodostavat eräänlaisen todellisuuden kaavakuvan tai teoreettisen pohjapiirroksen; joka jakaantuu sisäiseen yksilölliseen (ylävasen), ulkoiseen yksilölliseen (yläoikea), sisäiseen kollektiiviseen (alavasen) ja ulkoiseen kollektiiviseen (alaoikea). Täten, kuvion (1) oikea puoli kuvaa ulkopintoja, joille on yhteistä helppo paikannus. Ne sijaitsevat aina jossain, ja ne voidaan nähdä aistien tai aistien jatkeiden avulla – niitä voidaan mitata ja tutkia määrällisesti. Ulkopuolella on kuitenkin aina myös sisäpuoli; ja ylävasen kuvaa yksilön sisäisyyttä eli mieltä, tajuntaa, tietoisuutta eli kaikenlaisia sisäisiä tuntemuksia ja kokemuksia. Alavasen taas on näiden kollektiivinen vastine eli intersubjektiiiviset maailmankuvat ja käytännöt, joita esiintyy aina eläinparvien kommunikaatiosta inhimillisiin symbolijärjestelmiin, etiikkaan ja elämänkatsomuksiin. Näitä ei voi mitata, vaan niitä on tutkittava laadullisesti. Näin ollen, oikea puoli viittaa objektiivisiin muotoihin ja määriin; kun taas vasen viittaa subjektiviisiin muotoihin, laatuihin ja *ideoihin*. Yksinkertaistaen ilmaistuna sisäpuolia *tulkitaan* ja ulkopuolia selitetään. (Wilber 2000b, 132–140; ks. myös esim. Soininen 1995.)

Tässä *Kosmoksen* kaaviokuvassa eli neljässä nurkkauksessa on toisin sanoen kaikki olevainen samalla *pohjalla*: psykologia ja henkisyys (ylävasen), biologia ja fysiologia (yläoikea), kuluttuurit ja yhteiskunnat (alaoikea) sekä luonto, maantieto, kosmologia sekä infrastruktuurit (alaoikea). Ja tuo kaikelle yhteinen pohja on se *ilmentymätön* ”henki”, mistä kaikki neljä ilmenemismuotoa ponnistaa näytille ja/tai koettavaksi. Tuo

*henki* ilmentymättömänä on puhdas kuin valkoinen paperi; ja aina kun se ilmentyy, se on kuin ”mustaa valkoisella”... (ks. esim. Wilber 2000b 1–11.)

## KOSMOS



Kuvio 1. Neljän kulmauksen malli on kokonaistavan filosofian perusta. (Wilber 2000b, 1.)

Nämä neljä kulmausta voidaan redusoida kolmeksi suureksi olevaisen muodoksi: Minäsysteemi/tajunta, Me/i ihmiset ja Se/fysio- ja biosfääri. ”Minäsysteemillä” tarkoitan tässä nyt laajasti kaikkea yksilöllis-inhimillistä eli mieltä, kehoa, tajuntaa, tietoisuutta, tunteita, subjektiivisuutta, fenomenologiaa, identiteettiä, persoonaa, egoa, itseilmaisun tarvetta, totuudellisuutta, sielua, ”sydäntä”, sekä sitä minuutta/minätunnetta, johon samaistumme. ”Minäsysteemi” on siis ihmisyksilö kokonaisuudessaan sekä tiedostamaton että tiedostettu mukaanlukien. ”Meillä” taas tarkoitamme etiikkaa ja moraalialla, maailmankuvaa, elämäntähtäystä, jaettuja konteksteja, kulttuuria,

intersubjektiivisuutta, rinnakkaiseloja, yhteisymmärrystä, tasa-arvoa, oikeudenmukaisuutta, arvoja ja normeja jne. ”Se” taas tarkoittaa *luontoa*, materiaa, sosiaalisia systeemejä, teknologiaa, empiiristä tiedettä, infrastruktuuria jne. Tieteiden kannalta yleistäen voisi sanoa, että luonnontieteet tutkivat ”Sen” fysio- ja biosfääriä; yhteiskunta- ja kasvatustieteet tutkivat ”Meidän” politiikkaa, etiikkaa ja moraalia; ja humanistiset tieteet ja taideaineet koskettavat ”Minun” sieluani, koska kauneus on subjektiivisesti katsojan silmässä. Tämä on olennaisilta osiltaan yhtä kuin Platonin Hyvä (me), tosi (se) ja kaunis (minä). (Wilber 2000b, 112.)

Sana ”luonto” vaatii hieman tarkennusta, koska sanaa käytetään useammassa eri merkityksessä. Sanalla ”luonto” on ainakin kolme merkitystä, jotka liittyvät läheisesti keho/mieli, luonto/kulttuuri ja materialismi/idealismi -jakoihin. Sana voi tarkoittaa koko *Kosmosta* – kutsukaamme sitä LUONNOKSI (isoilla kirjaimilla). Sana voi toisaalta tarkoittaa empiiristä aistimaailmaa eli *Kosmoksen* oikeaa eli ulkoista puolta – kutsukaamme sitä Luonnoksi (isolla alkukirjaimella). Ja lisäksi sillä voidaan tarkoittaa sitä luontoa, johon luonnonsuojelu kohdistuu eli aistimaailmaamme, josta puuttuu ihmisen luoma kulttuuri, artefaktit ja historia – kutsukaamme sitä luonnoksi (pienellä kirjoitettuna). Kaikki nämä kolme kuvausta luonnosta edustavat aktuaalisia todellisuuksia, mutta ongelmia ilmaantuu, jos ei spesifioida, missä merkityksessään sanaa ”luonto” kulloinkin käytetään. (Wilber 2000a, 454–455.)

Kehitys kehittyy, niin kuin sanotaan, ja menneisyyteen haikailu eteenpäin menevän ”draivin” omaavan evoluution kyydissä, jolta pakki puuttuu, on vähän sama kuin autoa ajaessa koko ajan tuijoittaisi peräpeiliin – peräpeilin näkymät jäävät koko ajan kauemmas ja samaan aikaan onnettomuuksia on väistämättä edessä, jos ei katsetta suunnata eteenpäin. Jokainen uusi kehitysaskel tarkoittaa sekä hyviä että huonoja uutisia. Huonot uutiset voi nähdä tarkoituksenmukaisina ymmärtämällä ensin hyvät uutiset – ja näkemällä sen Suuren Kuvan (*the Big Picture!*) eli kaikki neljä kulmausta (ks. Kuvio 1). (Wilber 2000b, 113.)

Modernin ajan hyvinä uutisina on ollut, että ensimmäistä kertaa historiassa onnistuimme erittelemään nuo *Kolme Suurta*. Onnistuimme erittelemään omiksi alueikseen taiteet, tieteet ja uskonnon; tai yksilön, kulttuurin ja luonnon. Nämä osa-alueet eivät ole enää kulttuurissamme yhteensulautuneet, jolloin puurot ja vellit eivät mene niin helposti

sekaisin. Ne eivät siis olleet menneinä aikoina integroituneita sanan varsinaisessa merkityksessä, vaan yhteensulautuneita – siinä on iso ero. (Me modernin ajan lapset otamme tämän eriytymisen helposti itsestäänselvyytenä.) Modernina aikana taas ne ovat jopa täysin irtautuneet epäterveellä tavalla toisistaan – esimerkiksi henkisyys ja tieteet. Nyt meidän haasteena onkin niiden integroiminen terveellä ja tuoreella tavalla. (Wilber 2000b, 113.)

Ymmärtääksemme siis ”huonot uutiset”, niin ensin Kolmen Suuren eriytymisen ”hyvät uutiset”: Yksilön (minä) ja kulttuurin (me) eriytyminen on johtanut mm. demokratioiden nousuun laajalla rintamalla. Yksilömielen (minä) ja luonnon (se) eriytyminen johtanut mm. naisten ja orjien vapautukseen, koska mielen voima on suurempi kuin fyysinen voima. Kulttuurin (me) ja luonnon (se) eriytyminen on johtanut mm. tieteiden ja elintason huimaan kehittymiseen, koska totuus ei ole enää kirkon ja mytologioiden hallussa. Ja sitten ”huonot uutiset”: Kolme Suurta eivät ole siis pelkästään eriytyneet, vaan en ovat irtautuneet – ja joutuneet eksyksiin - toisistaan. Luonnontieteiden ja teollistumisen aiheuttama muutos maailmassa on saanut aikaan Se-puolen eli *Kosmoksen* oikean puolen sairaalloisen ylivallan. Näin tapahtuu kun ei tunnusteta - tai ymmärretä - vasemman puolen syvyyttä ja syvällistä merkitystä. Näin Kolme Suurta onkin typistynyt Yhdeksi Suureksi eli maapallo on muuttunut latteaksi tasamaaksi – eli ei nähdä pintaa syvemmälle, kun *Kosmoksen* oikea puoli on kaikki mikä tunnustetaan olemassaolevaksi ja/tai merkitykselliseksi - ja tällöin *Kosmos* on yhtä kuin universumi. (Wilber 2000b, 115–118.)

Empiirisestä tieteestä on tullut eräänlainen tiede-*ismi*. Tiedemiehet- ja naiset eivät useinkaan pelkästään etsi totuutta omasta näkökulmastaan käsin; vaan he yrittävät, jopa aggressiivisesti, kieltää kaikki toisenlaisia näkökulmia avartavat totuudet. (Wilber 2000b, 240.) Kuka tahansa voi väittää ajattelevansa globaalisti, mutta todellisuudessa vähemmistö ihmisistä omaa sellaisen tajunnallisen syyvyyden eli on sellaisella tietoisuuden tasolla, että se oikeasti onnistuu. Jos *Kosmoksen* ylävasen kielletään, tai jos sen potentiaali rajoitetaan, niin poistamme ihmisiltä mahdollisuuden saavuttaa *maailmakeskeisen* ajattelun tason – enkä puhu nyt vaan globaalin maailmankaupan ajattelusta. Kun puhumme globalisaatiosta meillä on tavoite, mutta ei keinoja päästä tuohon tavoitteeseen. Meillä on maali, mutta ei polkua, joka johtaisi meitä maaliin. Ja se polku on sisällämme eli tietoisuuden tasojen kehitys vielä aikuisiässäkin eli yksilöissä

sisäisesti tapahtuva transendenssi. (Wilber 2000b, 251.)

Kun ylävasemman kokemuksia yritetään selittää käyttämällä yläoikean ”mittaamiseen” käytettävää terminologiaa, on kyseessä hienovarainen reduktionismi. Kun taas, kaikki redusoidaan yläoikean atomeiksi on jo kyseessä karkea reduktionismi. Molemmissa ongelmana on, että todellisuus nähdään yksikertaistaen empiirisesti mitattavissa olevassa muodossa – ja näin ollen ei ole näköpiirissä sisäisen muuntumisen eli transendenssin mahdollisuutta. (Wilber 2000a, 432.) Wilberin (2000b) hahmotteleman – ja sitä ennen monien maailman viisaustraditioiden esittelemän - ihmiskäsityksen mukaan on olemassa myös eräänlainen päätepysäkki jokaiselle ihmiselle eli ns. *valaistuminen*; tai kaikkien filosofisten ongelmien ratkaisu, kuten sitä eräässä zen-koulukunnassa tavataan sanoa (Warner 2006, 107); tai ihmisen luonnollinen tila (Krishnamurti 1982); tai vapautuminen, itseoivallus, jumaloivallus... (ks. myös esim. Marion 2000.)

Sana ”valaistuminen” viittaa ajatukseen jostakin yli-inhimillisestä suorituksesta. Kyse on kuitenkin yksinkertaisesti ihmisen luonnollisesta olotilasta, Olemisen kanssa koetusta Ykseydestä. Siinä tilassa ihminen on yhtä jonkin äärettömän ja häviämättömän kanssa, jonkin joka on melkein paradoksaalisesti pohjimmiltaan ihminen *Itse* - ja kuitenkin paljon suurempi. Se merkitsee, että ihminen löytänyt todellisen, nimen ja muodon tuolla puolen olevan, itsensä eli oppinut *tuntemaan itsensä*. Kykenemättömyys tämän ykseyden kokemiseen synnyttää harhaluulon, että minuus erillään ympäröivästä maailmasta. Tällöin ihminen näkee itsensä tietoisesti tai tietämättään erillisenä olentona, jolloin viriää pelko kuolemasta tai häviämisestä. (Tolle 2006, 26.) Jo antiikin filosofi Epiktetos (n. 50–138 jaa.) sanoi osuvasti, että ”*kaiken inhimillisen pahan alku, kaiken pelon ja raadollisuuden alku, ei ole kuolema vaan pikemminkin kuoleman pelko...*”

Valaistuminen merkitsee, että tajunnan täyttää tietoisuus Olemisesta ja että ihminen elää tuossa ”totetumisen tunnun” tilassa pysyvästi. Valaistuminen on ehedyn tila, jossa ollaan ”yhtä” kaiken kanssa ja siksi rauhan tilassa. Yhtä elämän ilmenemismuotojen ja maailman kanssa, samoin kuin syvimmän itsensä sekä ilmentymättömän elämän kanssa - yhtä Olemisen kanssa. Valaistuminen ei merkitse ainoastaan kärsimyksen sekä alituisten sisäisten ja ulkoisten ristiriitojen päättymistä. Se merkitsee myös pääsyä lakkaamattoman pakonomaisen ajattelun kaameasta orjuudesta. ”*Mikä uskomaton*



*vapautuminen!*” (Tolle 2006, 27–29.) Valaistuneen ihmisen huomion keskipisteenä on aina läsnä oleva hetki, mutta hän on samalla toissijaisesti tietoinen ajasta. Ja tällöin syntyy myös myötunto ja lähimmäisenrakkaus. Rakkaus pysyvänä tilana on hyvin harvinainen – yhtä harvinainen kuin alati tietoinen ihminen. (Tolle 2006, 149; ks. esim. Marion 2000, 183-214.)

Rakkaus on siis ykseyden tunnistamista kaksinaisuuden maailmassa. Tämä on jumalaisen syntymistä muodon maailmaan. Rakkaus tekee maailmasta vähemmän maallisen. Se muuttaa maailman selkeämmäksi ja jumalallista ulottuvuutta eli tietoisuuden valoa helpommin läpäiseväksi. (Tolle 2007, 96.) Eli kuten antiikin filosofi

Mutta miten rakkaus liittyy tieteen tekemiseen? Annetaan intialaisen jesuiittapappi Anthony de Mellon (2009, 122) vastata:

*”Siinä, missä on rakkautta, ei ole mitään vaatimuksia, odotuksia tai riippuvuutta...Rakkaus on herkkyyttä, se on tietoisuutta...Rakkauteen kuuluu havaitsemisen selkeys ja objektiivisuus. Ei ole mitään yhtä selvänäköistä kuin rakkaus...”*

Ihmisessä *tietoisuus* voi tulla taas tietoiseksi itsestään vaikka onkin jossakin (ihmis)muodossa ”vankina”. Tämä nimeonomaan on mielestäni ihmisen ja eläimen ero; *ihminen voi valaistua*. Valaistuminen on juuri tällaista *tietoisuuden* täyttää *tietoisuutta* itsestään; jolloin ihmisen persoonallinen *ego* ei enää ohjaa ihmisen toimintaa, vaan puhdas läsnäoleva itsestään tietoinen *tietoisuus*. Ihminen samaistuu kokonaan *tietoisuuteen* – ei mieli/keho-konstruktioon eli empiiriseen *egoon*. Ajatteleva mieli optimaalisessa tilassaan toimii vain työkaluna aina tarvittaessa; jatkuvan mielessä käytävän monologin tai dialogin sijaan. Tällöin ihmisen identiteetti on yhtä kuin puhdas *tietoisuus*; ja empiirinen *ego* - tai *persoon*a eli naamio - muuttuu vain työkaluksi, sen sijaan, että se olisi jotain, jota täytyy kaiken aikaa suojella ja pönkittää. Marionin (2000) mukaan merkkejä *tietoisuuden* tason noususta ovat esim. myötätunnon kasvu muita eläviä olentoja kohtaan, omien materialististen tarpeiden luontainen väheneminen, kokonaisuuksien hahmotuskyvyn lisääntyminen - eli intuitiivinen ja älyllinen ymmärrys siitä, kuinka asiat kietoutuvat yhteen kasvaa.

Pitkäsen (2001, 27) mukaan *”...aito filosofi ei ole koskaan perillä; hän ei ole viisas, vaan viisauden rakastaja, viisauden tavoittelija.”* Tämähän on varmaan länsimaisessa filosofiassa se yleinen näkökanta, koska länsimainen tieteellinen filosofia on paljolti

typistynyt analyyttis-älylliseksi pohdiskeluksi, jossa luodaan loputtomasti uusia (tutkimus)ongelmia. Tämä typistymisen tapahtunut paljolti samasta syystä kuin henkisten perinteiden muotoutuminen ”rituaaliskonnoiksi” – suurin osa filosofian harjoittajista on liian alhaisella tietoisuuden tasolla, jotta filosofia voisi olla mitään muuta kuin rationaalis-analyyttistä pohdiskelua (ks. esim. Marion 2000).

Tällaisella analyyttisellä ja väittelevällä filosofialla on aikansa ja paikkansa – myös tietoisuuden nousussa. Jos filosofian määrittelee viisauden teoreettiseksi tavoitteluksi, niin sitten se on sitä. Mutta kyllä valaistunutkin ihminen on ehdottomasti viisauden rakastaja; vaikka hänelle filosofiset ongelmat ovatkin, ainakin tietyllä hyvin merkittävällä tavalla, ratkenneet. Voisi sanoa, että valaistuminen ei ole vastaus mihinkään kysymyksiin, vaan se on tietynlaisten kysymysten raukeamista. Mutta toki yhä poliittisia ongelmia tässä maailmassa on vielä lukuisia meidän puolen tusinan miljardin ihmisen superkompleksissa maailmassa; joiden ratkaisemiseen valaistuneet voivat kantaa oman panoksensa. Pohjimmiltaan lienee kyse siitä, että todellinen viisauden rakastaja on löytänyt viisauden sisältään; mutta kun se tulee ulos hänen suustaan sanojen muodossa se on informaatiota, spekulatiota tai runoutta niiden ihmisten korvissa, jotka eivät ole itse vielä löytäneet sitä samaa viisautta sisältään.

Tällaisia valaistuneita ihmisiä on ollut olemassa ainakin aina antiikin aamuhämäristä asti – mutta koska heitä ympäröivien ihmisten *tietoisuuden taso* on vuosisatojen saatossa noussut, niin koko ajan kasvaa mahdollisuus, että ihmiset oikeasti ymmärtävät enemmän ja enemmän siitä, mitä nämä henkiset opettajat puhuvat. Esimerkiksi Eckhart Tolle (2007), jonka kirjoja olen käyttänyt lähteenä, on tällainen valaistunut – ylimmän *tietoisuuden* tason saavuttanut ihminen. Historiasta löytyy monta häntä kuuluisampaa esimerkkiä – esim. Kapila, Buddha, Laotse, Jeesus, Patanjali, Shankara - joiden opetusten ympärille onkin usein syntynyt uskonto tai ”hengellinen filosofia”. Nämä henkilöt eivät itse yleensä perusta uskontoja, vaan heidän oppilaansa tai vielä myöhemmät seuraajat – jotka eivät välttämättä itse ole kokeneet samaa tietoisuuden tasoa. Täten uskonnot yleensä vääristävät näiden valaistuneiden opetuksia jo alkuvaiheessa – voisi jopa hieman kärjistäen sanoa, että uskonnot perustuvat väärinkäsityksille. Tuon väärinkäsityksen ydin on sokea usko opetuksiin, joista ”tavallinen” ihmismieli luo myyttisen tulkinnan eli näkee vain varjon alkuperäisestä. Ja uskonnolliset perinteet ovat syntyneet paljolti näihin varjoihin nojautuen.

Ehkä myös monet eurooppalaiset antiikin filosofit, kuten Pythagoras, Sokrates, Platon ja Plotinos olivat valaistuneita. Tai ainakin nämä legendaariset filosofit olivat puheidensa, kirjoitustensa ja heistä kerrottujen tarinoiden perusteella huomattavasti normaalia korkeammalla *tietoisuuden tasolla* olevia, massasta poikkevia, henkilöitä. Ja heidän kysymyksenasetteluihin perustuu koko länsimainen filosofia, vaikka se onkin ottanut uusia analyyttisiä painotuksia modernina aikana. Aidot kokemukset, autenttiset oivallukset antavat aina sekä puhutulle että kirjoitetulle kielelle erityislaatuista sävyä, josta ei voi erehtyä. Koetut kokemukset ja intuitiiviset oivallukset tapahtuvat tietynlaisessa tajunnan tilassa, tietynlaisesta sisäisestä perspektiivistä käsin. Siksi aidot valaistuneet mestarit voi tunnistaa. Tällaisten ihmisten puheet ja kirjoitukset eivät ole olemassa jakaakseen informaatiota, vaan ne ovat aina kutsu – potentiaalinen inspiraation lähde – kuuntelijalle tai lukijalle oivaltamaan ja tuntemaan *itse*, sisäisesti, suoraan ja omakohtaisesti... (Hadot 1993, 56-57; ks. myös *VII Kirje*.)

Tietoisuus -sanalla – asioiden tiedostamisella - ymmärretään usein esim. tasa-arvoon ja oikeuksiin liittyvää tietämystä ja ymmärrystä tai tieteellisen tiedon mukaista maailmankuvaa. Esimerkiksi valistusajkaan ihmisiä valistettiin ”tietoisemmiksi” omista oikeuksistaan yksilöinä ja kirkon valta alkoi murtua. Nyt en tarkoita pelkästään tällaista; vaikka yksilönvapauden kasvu, ihmisten tasa-arvon ajatus ja myös eläinten oikeuksien ajaminen ovat kaikki merkkejä myös pikkuhiljaa kasvavasta *tietoisuudesta* ihmisessä. Ihmisiä voi tehdä tietoisemmiksi toki myös valistamalla, opettamalla ja antamalla informaatiota. (Ja valaistuminen on erityisen hankala sana englannin kielellä, sillä *enlightenment* tarkoittaa sekä ”valaistumista” että ”valistusta”.)

Lukeminen ja ajatustyö ovat yhden sortin ”henkistä työtä”, mutta todella merkittävä ja muutosvoimainen *tietoisuuden* kasvu käy tämän hetken kautta – olemalla läsnä tässä hetkessä. *Tietoisuuden taso* - ja sen nousu – on siis suoraan yhteydessä kykyyn elää läsnä *tässä ja nyt* – ilman ylimääraista mielen hälinää. Ja tätä kykyä olla läsnä voidaan edesauttaa ns. tietoisuustaidoilla. Puhuttaessa tietoisuustaidoista tarkoitetaan tietoisuudella itsensä katselemista ja tarkkailua - sen havaitsemista, tunnistamista ja todistamista mitä sisimmäsämme ja ympärillämme tapahtuu - sellaisenaan. Ja tässä kontekstissa myös esimerkiksi jokainen ajatus ja tunne minussa ovat ”tapahtumia”. *Tietoisuus* ON koko ajan jollain tavalla läsnä, mutta liikaa melua pitävä mieli estää

näkemästä sitä. (ks. Tolle 2005, 129-137.)

Ajattelu on itse asiassa suuren osan aikaa automaattista ja pakonomaista – suurin osa ihmisistä ei yksinkertaisesti pysty pysäyttämään sitä tahdonalaisesti. Eli silloin on väärin sanoa, että ”minä ajattelen”. Sen sijaan, ajattelu tapahtuu minulle. Samalla tavalla kuin esimerkiksi ruoansulatus tapahtuu minussa ja verenkierto tapahtuu minussa. Noissa anatomisissa ja mentaalisissa tapahtumissa on tosin se ero, että ruoansulatus ja verenkierto ovat hyväksi minulle, kun ne tapahtuvat minussa. Ne ovat osa fyysisen organismin luontaista toimintaa – ilman niitä ei elämä jatku. (ks. Tolle 2005, 129-137.)

Sen sijaan, pakonomainen ajattelu on energiaa kuluttavaa, stressaavaa ja jopa sairauksia luovaa eli sekin kyllä tapahtuu minussa, mutta se ei ole suuren osan ajasta hyväksi minulle. Eli sillä ”äänellä päässä” on oma elämänsä, se on tiettyyn pisteeseen asti oma autonominen energeettinen entiteettinsä – joka haluaa säilyä hengissä, kuten kaikki energeettiset entiteetit bakteereista lähtien. Ja kuten bakteereista, myös ajatuksista osa on ihmiselle hyväksi, ja osa taas ei. Positiivinen ajattelu voi siis olla hyväksi koko ihmiskokonaisuudelle. Mutta on tärkeä erottaa positiivisena pidetty ajattelu, joka on persoonallisen *egon* halua saada tai saavuttaa jotain ollakseen enemmän kuin joku muu; ja positiivinen ajattelu, joka syntyy syvemmästä ihmisyyden lähteestä suuntautuen kohti hyvää, totta ja kaunista. (ks. esim. Tolle 2005, 129–137.)

Suurin osa ihmisen ajattelusta on siis näkemykseni mukaan turhaa ja jopa haitallista yksilölle itselleen. Se kohdistuu yleensä menneisyyteen tai tulevaisuuteen; se usein synnyttää ja vahvistaa negatiivisia tuntemuksia ja/tai pönkittää omaa persoonallista *egoa* eli pinnallista minää. Persoonallinen *ego* ei ole pelkästään pinnallinen, vaan jopa valheellinen siinä mielessä, että se ei ole yhtä kuin ihmisminuus – ihmisminuuden elämä voi jatkua persoonallisesta *egosta* huolimatta. Mutta empiiristä tai persoonallista *egoa* ei voi olla olemassa ilman ihmisminuutta – ydinminuutta eli ylempää minuutta, transendenttista *egoa* - eli kaiken takana olevaa *tietoisuutta*. *Transendenttisella* tarkoitan tässä *havainnon ulkopuolelle jäävää*. Empiirinen *ego* – ja siihen kuluva mentaalinen rakennelma, jota kutsun persoonalliseksi *egoksi* - on se ”minä”, jota havainnoimme – ja tuo havainnoija on transedenttinen *ego*. Sen läsnäolosta voi tulla tajunnallisesti tietoiseksi, mutta sitä ei voi havainnoida samalla tavalla aistinelimillään, eikä sitä voida varsinaisesti määritellä sanoin, eikä siitä voi edes luoda mielikuvaa

ajattelevalla mielellä.

Toisin sanoen, jos halutaan käyttää ”sielu”-sanaa; niin ihmisellä ei ole *sielua*; vaan *sielulla* on käytössään mieli/keho -konstruktio, joka syntyy, kasvaa, kuihtuu ja kuolee – *sielu* säilyy. Mitä enemmän ihminen samaistuu persoonalliseen *egoon*, sitä alhaisempi on *tietoisuuden* taso; mitä enemmän hän samaistuu kaiken takana olevaan *tietoisuuteen*, sitä korkeampi *tietoisuuden* taso. Kun käytän tässä työssä sanaa ”minuus”, niin viitataan sillä puolestaan niihin osiin minäsystemistä, joista olemme tietoisia tavalla tai toisella. Näin ollen *minuus* on kullakin yksilöllä eri aikoina eri määrissä osin pelkästään persoonallista, osin empiiristä eli mieli/keho-konstruktio kokonaisuudessaan, osin transedenttista *egoa*. ”Minäsystemi” taas on mikrokosmos kaikkeudessaan – riippumatta siitä, mihin samaistumme, tai mistä osista olemme tietoisia, ja mistä taas emme. (ks. esim. Marion 2000; Tolle 2007)

Kun olen esittänyt näin pitkät lähtökohdalliset alustukset tutkimukseni **tarkoitukselle, tavoitteelle ja tutkimustehtävälle**, niin saattaa herätä kysymys: **Mihin minä perustan moiset väitteeni? Sen selvittäminen on tämän työn tärkein tarkoitus.**

Tunnustan, että minulla on **tietoinen tavoite; luoda kasvatustieteen piirissä hieman uudenlaista ihmiskuvaa.**

En halua puhua tutkimusongelmasta, koska en halua tehdä **tutkimustehtävästäni** ongelmaa... Mutta jos Platonilta halutaan etsiä ajatonta sanomaa, niin se löytyy hänen ”filosofiteesistään”: **Ihmiselle ei mikään ole tärkeämpää, kuin yrittää aktiivisesti ja tietoisesti ymmärtää, miten hänen tule elää?** Ja se olkoon tutkimustehtäväni.

Fysikaalista maailmaa tutkittaessa on vielä ymmärrettävää päätyä lainalaisuuksien luontiin – vaikkei se tarkalleen ottaen ole aina sielläkään suotavaa. Mutta ihmistieteisiin se sopii harvinaisen huonosti. Ihmisten suhteen voi tehdä yleistyksiä (eli ”*yleensä ihminen toimii tällaisessa tilanteessa näin*”), mutta kun yleistäminen sekoitetaan lainalaisuuden kanssa (”*yksi valkoinen mies on ahne, näin ollen kaikki valkoiset miehet ovat ahneita*”), niin silloin päädytään siihen mistä arkikielessä varoitellaan sanomalla ”*ei saa koskaan yleistää*”. Näin ollen, laadullisessa tutkimuksessa saa yleistää - sillä se voi auttaa ymmärtämään ja tulkitsemaan jotakin ilmiötä paremmin - mutta sitä ei saa

sekoittaa lainalaisuuksiin. Tässä työssä siis luodaan laajoja yleistyksiä.

### 3 ”LUOLA” eli Historiallista ja teoreettista taustaa

*”Maailma saa alkunsa, kun tietoisuus omaksuu itselleen hahmoja ja muotoja, ajatusmuotoja ja aineellisia muotoja. Yksistään tällä planeetalla esiintyy miljoonia elämänmuotoja. Meressä, maalla ja ilmassa – ja jokaisesta elämänmuodosta on miljoonia kopioita. Miksi? Leikkiikö joku muodoilla?”*

- Eckhart Tolle -

Woody Allenin (1983) antiikin Kreikkaan sijoittuva yksinäytöksisen komedian ”Jumala” alussa todetaan ”luottamuksellisesti”, että jokaisella tarinalla on alku, keskikohta ja loppu – itse asiassa ”*kaikella luonnossa on alku, keskikohta ja loppu - paitsi ympyrällä*”. No, tässä tutkielmassa on tietenkin myös alku, keskikohta ja loppu. Olen mukaillut Platonin *Valtion* kolmea kuuluisaa ”kohtausta” nimetessäni alun, keskikohdan ja lopun. Olen nimennyt alun teoreettisen taustan ”Luolaksi”, koska teoria vailla käytäntöä on vain informaatiota, joka on pelkkä varjo oikeasta tiedosta. Työn loppupuolen ”maailailun” olen pyrkinyt tekemään yhtä valoisaksi ja kirkkaaksi kuin ”Aurinko”. Ja keskelle jää yhdistäväksi janaksi ”Jaettu jana”, joka on hierarkkinen kuvaus kehityspsykologiasta transmodernismin hengessä (ks. esim. Pitkänen 2001).

Mutta sitten vähän tietoteoriaa: Paljonko on 2+2? Vastaus kuuluu 4. Totta. Onko minulla katto pään päällä? On. Totta. Elikö Platon ennen ajanlaskumme alkua? Kyllä. Totta. Sattuuko varpaaseeni, jos potkaisen sillä pöydän kulmaan? Sattuu. Totta. Paljonko kvanttifysiikan mukaan materiassa on tyhjyyttä? Suurin osa. Totta tämäkin. Onko ihminen muuta kuin ajatukset, tunteet ja keho???...Totta kai, ...vai? Tulisiko ihmisiä kasvattaa? Totta kai! Kuinka???... Ja miten nämä kaikki liittyvät yhteen? Tietoisuuden kautta – kaikkeen tähän liittyy jotenkin tietoisuus...jostakin. Anthony de Mello (2009) puhuu paljon asiaa tietoisuudesta teoksessaan *Havahtuminen*:

*”Tietämisen ja tietoisuuden, informaation ja tietoisuuden välillä on eroa. Sanoin juuri, että ollessaan tietoinen ihminen ei voi tehdä väärin. Mutta tiedon tai informaation perusteella voi tehdä väärin silloin, kun tieto sanoo, että jokin on väärin... Tietoisuudessa on parannus; tietoisuudessa on totuus; tietoisuudessa on pelastus; tietoisuudessa on hengellisyys; tietoisuudessa on kasvu; tietoisuudessa on rakkaus; tietoisuudessa on herääminen.”*

Tietoon liittyy, yleisellä tasolla puhuttuna, olennaisella tavalla *“totuus”*. Antiikin kreikkalaisille *“totuus”* tarkoitti samaa kuin *“ei-piilossa-oleva” (un-hiddenness)*. Totuus oli siis pohjimmiltaan jotain muuta kuin *“oikea”* tai *“jotakin vastaava”* tai *“mitoiltaan sopiva”* - kuten me yleensä totuuden ymmärrämme nykyaikana. Eli Platonille totuus oli jotakin joka oli paljastettu, peittelemätön, verhoamaton, ei-salattu, vedetty esiin piilosta – tai runollisemmin ilmaistuna *”vapautettu luolasta”* – ja yleensä pitkällisen prosessin tuloksena. (Heidegger 2002, 8.)

Ja olennaista on todellisuuden asteittainen paljastaminen – ikään kuin taso tasolta - ei se, että se yleensä on peitetty. Totuus tässä merkityksessä ei siis ole jotain jonka ihminen voi omistaa, *“pöntätä”* kirjasta tai unohtaa jonkun ulkoa opitun kaavan muodossa. Sen sijaan, tällainen ideaalinen totuus voimaannuttaa ihmisen toteuttamaan omaa potentiaaliaan mahdollisimman täydesti. Totuudesta puhuminen *jonakin, joka ei ole minkään peitossa* ei ole etymologista kikkailua, vaan se konkreettisesti voi auttaa ymmärtämään paremmin platonisia *ideoita* – ja Hyvää Elämää sekä tässä työssä tärkeässä osassa olevaa tietoisuuden tasot -teoriaa. (Heidegger 2002, 85, 103; ks. myös Findlay 1974, 183.)

Pähkinäkuoressa ilmaistuna; tässä työssä pyrin hahmottelemaan miten kasvatustieteen kannalta tärkeällä ihmisen kehityspsykologialla on myös alku, keskikohta ja loppu. Tätä hahmotellaan alussa hyvinkin laajoin historiallisin ja teoreettisin linjanvedoin. Voimme ehkä huomata kuinka evoluutiolla yleensäkin on myös alku, keskikohta ja loppu; mutta samaan aikaan kosmogonian kautta havaitsemme, että toisaalta kaikki kuitenkin näyttää muodostavan eräänlaisen ympyrän – jolla taas ei ole alkua tai loppua. Tässä voi heti havaita platonisen ns. kahden tason mallin, joka on yhtä aikaa dualistista ja ei-dualistista. Tai toisin sanoen; pinnalta se näyttää dualistiselta, mutta on pohjimmiltaan ei-dualistista.

Lähdin tutkimukseni teossa liikkeelle Platonista. Hänen klassinen *”luolavertauksensa”* kiehtoi minua (ks. *Valtio, VII Kirja*). Mietin mistä se kertoo pohjimmiltaan? Ja miten sitä on selitetty länsimaisen filosofian parissa? Minusta se kertoo ihmisen kehityspotentiaalista, joka on suurempi, kuin yleensä valtakulttuurissa tai modernissa länsimaisessa filosofiassa ymmärretään vielä tänäkään päivänä. Maailmasta löytyy – idästä ja lännestä, etelästä ja pohjoisesta – viisaustraditioita, joista löytyy samankaltaisia



kuvauksia, joiden mukaan ihminen voi saavuttaa *ykseyden* kokemuksia koko muun maailman kanssa – joita myös valaistumiskokemuksiksi kutsutaan. Tällöin ihminen alkaa kokemaan myötätuntoa kaikkea elävää kohtaan, ja hän ei enää reagoi ympäröivään maailmaan, sen ihmisiin ja tapahtumiin, mielen tai tunteiden sanelemien käyttäytymismallien mukaan – vaan hän ikään kuin on mennyt ajattelevan mielen tuolle puolen. Tämä henkilökohtainen kiinnostukseni näitä viisaustraditioita kohtaan, ja itsetutkiskelua kohtaan, johdatti minut Ken Wilberin (2000, 2001, 2009) teosten äärelle, joissa on mielestäni onnistuttu yhdistämään itä- ja länsimainen viisaus – samalla luoden kattavan teorian Platonin kuuluisalle vertaukselle.

Filosofian varsinaisen ytimen – eli *viisauden (sofia) rakastamisen (filo)* – soveltavien esimerkkien erottaminen on Varton (1993, 78) mukaan filosofian opettamisen vaikein tehtävä. Filosofian opettaminen ei ole tulkintaa tai kansantajuistamista vaan *näkyjen* kääntämistä kielelle. Kuten käännettäessä kielestä toiseen, on tarkoitus, että viisaudet tulevat esille kaikessa rikkaudessaan. Tämä on mahdollista vain, jos kääntäjä itse elää sen, mitä kääntää. (Varto 1993, 77–78.) Itse asiassa, filosofian taito on usein jonkin taidon filosofiaa – kuten se on ollut myös lännessä ainakin vielä antiikin aikaan, ja tällaisia virtauksia on säilynyt marginaalissa myös lännessä halki vuosisatojen (ks. esim. Klemola 2004; Hadot 1995; MacIntyre 2004). Eli monia tässä työssä käsiteltyjä asioita voi oppia ymmäräntään vain fenomenologisella metodilla oman meditatiivisen harjoituksen kautta.

Laughlinin (1993) mukaan ns. ”sumeaa logiikkaa” sopii tällaisen fenomenologisen filosofian apuvälineeksi. Tässä työssä kuvattua asioita on usein vaikea pukea sanoiksi, mutta minä *yritän* aina selventää, selittää, tai tarvittaessa vain muistuttaa, että missä merkityksessä tässä työssä käytetään jotain tiettyä käsitettä.

### 3.1 Filosofian historiaa eli platonismista

*”Ihminen, tunne itsesi! Se on kaiken elämänviisauden alku.”*

- Sokrates -

Platonin opettaja on länsimaisista filosofiista legendaarisin eli Sokrates (470–399 eaa.). Ennen Sokratesta kreikkalaiset filosofit olivat pohtineet enimmäkseen luonnon ja *Kosmoksen* järjestystä, mutta Sokrates pohti koko tunnetun elämänsä ajan “hyvän ihmiselämän” kriteerejä. Hän etsi moraalisia universaaleja ja ensimmäisenä käänsi ihmisten huomion käsitteen määrittelyihin. (Saarinen 1985, 20-21; Findlay 1974, 414.)

Sokrates vertasi Ateenaa uneliaaseen hevoseen ja itseään paarmaan, joka hännämällä yrittää saada liikettä ”uneliaaseen hevoseen” - eli haluaa *herättää* ihmiset. Hän halusi osoittaa, että tietäminen ei synny automaattisesti “opetuksen” hedelmänä; vaan vaatii sisäisen prosessin, joka syntyy yhteistyössä ja törmäilyssä – eli aina jonkinkaltaisessa dialogissa - ympäröivän maailman kanssa. Rationaalinen ajattelu on alku tietämiselle. (Allekirjoittaneen huomio!: ns. rationaalinen ajattelu on siis todellakin vasta alku “todelliselle tietämiselle”, josta myöhemmin lisää...) Juuri Sokrateen sanotaan antaneen uudelle älylliselle “harrastukselle” nimen: *Filosofia* eli “viisauden rakastaminen” - joka Sokrateelle oli tietoista suuremman ja tarkemman ymmärryksen tavoittelua. (Varto 1993, 4.)

Sokrates ei itse koskaan tiettävästi kirjoittanut mitään. Hänet tunnetaan parhaiten Platonin kirjoitusten pohjalta. Yksi niistä harvoista teorioista, joista tiedetään varmuudella, että Sokrates itse sen esitti on ns. *anamnesis*-teoria, jonka mukaan oppiminen on *mieleenpalauttamista*. Ajatuksena on, että todellinen tieto – esimerkiksi hyvästä elämästä - kätkeytyy ihmissieluun. Näin ollen, ihmisen on tutkailtava itseään löytääkseen totuuden – vetääkseen tiedon esiin sielunsa syvyyksistä, niin sanotusti. Sokrates ei juurikaan piitannut empiirisestä tiedosta. (Thesleff 1989, 61; Saarinen 1985, 20–21.)

Sokrateen mukaan, se joka tietää mikä on oikein, toimii oikein. Tähän liittyy usein väärinkäsityksiä ”tieto” -sanon kahdesta mahdollisesta tulkinnasta johtuen. Kreikan

kielen *episteme* eli ”tieto” on alkujaan tarkoittanut käytännöllistä tietoa; kuinka joku tehdään hyvin (*knowing how*). Ihmisten filosofisissa ajatusrakennelmissa – ja muodollisen yleisen koulutuksen aikana, sekä eri toten nykypäivän tietoyhteiskunnassa – se on varsin usein kääntynyt teoreettiseksi informaatio-tiedoksi (*knowing that*). Sokrateen mukaan hyve eli oikein toimiminen lähtee moraalisesta kyvykkyydestä, joka on verrattavissa esimerkiksi käsityötaidon vaatimaan kyvykkyyteen. Kun taito on käsissämme saamme aikaiseksi esim. kauniin patsaan – mutta ilman taitoa, sitä ei voi väkisin vääntää. (Gould 1972, 7-8; ks. myös MacIntyre 2004.)

Vastaavaasti, kun kyky moraaliin on psyykkeessämme, toimimme oikein ikään kuin luonnostaan - ”*knowing how to be moral*”. Se ei siis ole teoreettista tietoa, että mikä on ”hyvää” ja ”pahaa” – vaan tunneperäistä tietoa, joka aikaan saa spontaanisti hyveitä. (Gould 1972, 7-8; *Gorgias*.) Eli kuten Platonin oppilas Aristoteles (384–322 eaa.) asian ilmaisi: ”*Filosofia on opettanut minut tekemään vapaaehtoisesti sitä, mitä muut tekevät vain totellaakseen lakia.*” Sokrateelle ja Platonille hyvettä *ei ole* päätellä validi etiikan teoria, vaan käyttäytyä moraalisesti eli etiikkaa koskeva *episteme*-tieto on aina sisäänrakennettuna käytöksessä, mutta ei välttämättä ajattelevassa mielessä. (Gould 1972, 12–30; ks. myös MacIntyre 2004.)

Platonille Sokrates oli opettaja, filosofi-ihanne ja suorastaan pyhimys. Sokrateella oman väitteensä mukaan olikin sisäinen ääni, jumalallinen *daimonion* - tai merkki jumalalta (*Faidros* 242bc) - eli jonkinlainen psyykinen voimanlähde, jota nykykielellä voisi kutsua intuitioksi (latinan kielen sanasta *intueor* eli ”katsoa, ”nähdä”), joka erehtymättä varoitti häntä milloin hän oli tekemäisillään virheen – ja tällaista on käsitykseni mukaan nimenomaan ”*knowing how to be moral*”. (Thesleff 1989, 61; Saarinen 1985, 20–21.)

Platonin (427–347 eaa.) filosofia on ollut tulkinnan ja väittelyn kohteena ehkä enemmän kuin kenenkään toisen filosofia länsimaissa – jopa siinä määrin, että N.E. Whitehead totesi 1900-luvun alussa koko länsimaisen filosofian olevan vain alaviitteitä Platonille. Platon näyttää kuvitelleen – tai ehkä oikeammin ilmaistuna *nähneen* - olemassaolon ja universumin (*ta onta* = olevainen) eli *Kosmoksen* suhteiden ja samankaltaisuuksien koossapitämäksi kokonaisuudeksi, joka on toteutunut niin sanoaksemme kahdella päätasolla (Pitkänen 1994, 16).

“Ylemmällä” tasolla, joka on pysyvämpi ja sen vuoksi todellisempi, mutta ihmiselle paljon vaikeammin tavoitettavissa; ja “alemmalla” tasolla, joka vastaa ympäröivää, hämmentävän moninaista aistimaailmaa, joka on jatkuvassa muutoksen tilassa. Platon siis yhdisti esisokraattisten luonnonfilosofien vastakkaisia näkemyksiä: Parmenideen (n. 510 eaa.) mukaan oli vain yksi todellinen muuttumaton maailma (vrt. Platonin ylempi taso); Herakleitoksen mukaan taas kaikki oli jatkuvassa muutoksen virrassa (vrt. Platonin alempi taso); ja Pythagoraan mukaan olevaisen dualismi muodosti jonkinlaisen tasapainon ja harmonian (vrt. Platonin kahden tason malli). Ja näiden esikuvien pohjalta Platon loi, pohjimmiltaan ei-duaalisen, kahden tason mallinsa, jolla viitataan kaiken olevaisen Ykseyteen. (Thesleff 1989, 98; Pitkänen 1994, 16.)

Voisi sanoa, että sokraattisen ja platonisen ajattelun perustava tekijä oli loppujen lopuksi usko – ei rationaalinen ajattelu, kuten yleensä länsimaisessa filosofiassa asia käännetään. Sokrates uskoi yksilön kykyyn löytää moraalin tekniikka, jossa yksilö voi hioutua huipputaitavaksi – nykytermillä asiantuntijaksi. Ihminen voi siis olla etiikan asiantuntija, eikä tällä nyt tarkoiteta etiikan teorioiden opiskelua, vaan käytännön eettistä käytöstä, joka kumpuaa ihmisestä spontaanisti. Sokrateelle ihmiselämä – hyvä elämä – oli ensisijaisesti inhimillisesti moraalinen projekti. Platon aristokraattisella eetoksellaan lisäsi siihen älyllisen ja esteettisen elementin *idea*opillaan, jolla hän loi filosofis-tieteellistä, systemaattista ja luovaa hyvän elämän metodologiaa. (Gould 1972, 66-67.) Sokrates on käytännön moralisti - ei tietoteoreetikko tai metafysiikko - jolle hyveet edustavat käytännöllistä tietä Hyvään elämään. Platonille taas hyveet ovat vielä enemmän; niiden harjoittaminen on yksi metodi saavuttaa lisää tietoa perimmäisestä todellisuudesta – Hyvän ideasta (ks. esim. MacIntyre 2004).

### 3.1.1 Filosofia elämäntapana länsimaisessa perinteessä

*”Luonto ja opetus muistuttavat toisiaan. Opetus muokkaa ihmisen uudeksi, ja muokatusta tulee toinen luonto.”*

- Demokritos (n. 460–370 eaa.) -

Platon painotti usein elävän opettajan merkitystä (ks. *VII Kirje*). Platonin kirjoitetut dialogit julistavat usein suullisten oppien ylivoimaisuutta verrattuna kirjoitettuun materiaaliin. Siinä missä kirjoitus on kuin maalaus, joka vaikenee kysymysten ja vastaargumenttien edessä, niin suullinen opetus voi luoda eläviä kirjoituksia sieluun, joka puhuvat ihmisen todelliselle olemukselle omaa selkeää kieltään. (ks. esim. *Faidros*.) Dialogeissa esiintyy useinkin viittaus, että asian käsittelyä on jatkettava toisaalla - nämä tuskin ovat olleet Platonilta aivan turhia lupauksia (Findlay 1974, 20).

*Seitsemännestä Kirjeestä* päätellen hän toivoi, että hänen oppilaansa pitkän yhdessäolon aikana oppisivat vähitellen ajattelemaan - tai oikeastaan *näkemään* - itsenäisesti totuuden. Thesleffin (1989, 149) mukaan vasta uusplatonistit asettivat *mietiskelyn* (meditaatio tai kontemplaatio) etusijalle keskusteluun nähden. Varton (1993, 46) mukaan taas kontemplaatiolla näyttää olevan Platonilla keskeinen sija filosofin elämässä (ks. myös Klemola 2004, 20-27). Nykyään kontemplaatiolla – tai yleisemmin tietoisuustaidoilla - on lähes olematon osa länsimaisessa filosofisessa perinteessämme – ja sama pätee kasvatustieteeseen. Tämän takia sen mahdollista roolia ei ole niin helppo tunnistaa myöskään Platonin teksteistä – joka omien sanojensa mukaan ei edes yritä opettaa kaikkea kirjoittamalla (ks. *VII Kirje*). Meditatiiviset harjoitukset ynnä muut tietoisuustaidot on aina perinteisesti niin idässä kuin lännessä opittu suoraan opettajalta (ks. esim. Jois 1999; Warner 2006).

Antiikin aikaan yleensäkin filosofia oli enemmänkin elämäntapa kuin ammatti tai oppiaine. Filosofiaan käännyttiin vähän samaan tapaan kuin tullaan uskoon – vähän kuten vapautettu yksilö Platonin luolassa ensin kääntyy, ja sitten hakeutuu - koko olemuksellaan - kohti valoa. Ja tällainen filosofinen elämäntapa tuo yleensä totaalisen muutoksen yksilön(ä) olemiseen. Filosofian opettajat olivat antiikin aikaan enemmän henkisiä oppaita kuin professoreita – ja esimerkiksi Intiassa näin on usein vieläkin asian laita. Platon vertaakin filosofiaa joskus mysteeriuskontoihin (esim. *Pidot 210a*); hänen

mielestään todellisia vihkiytyneitä ovat filosofit. Nämä henkiset oppaat toki pitivät myös oppitunteja, jotka saattoivat olla hyvinkin teoreettisia – ja vaikkapa luonnontieteellisiä - mutta näitä teoreettisia oppituntejakin käytettiin metodeina saada aikaan kokonaisvaltainen transformaatio oppilaassa eli nostaa hänen *tietoisuuden tasoaan*. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että opettaja tavalla jos toisellakin - dialogillaan, monologillaan, käytöksellään tai silkalla läsnäolonsa voimalla - ”tökkii” oppilaita hereille. (Hadot 1993, 75–76; ks. myös esim. Tolle 2006; de Mello 2009; *VII Kirje*.)

Platonin filosofia on antiikin kreikkalaiseen tyyliin *teleologista* eli tämän näkemyksen mukaan elämällä on päämäärä (*telos*) – jossa kaikki viime kädessä suuntautuu Platonin (*Valtio*, *Kirjat V -VII*) mukaan nimenomaan kohti Hyvän ideaa. Antiikin kreikkalaiselle järjellisyys merkitsee yksinkertaisesti sitä, että pyritään johonkin päämäärään – ja aivan erityisesti hyvään päämäärään. (Adjektiivi *teleios*, joka tarkoittaa ”täydellistä”, on etymologisesti yhteydessä ”päämäärää” tarkoittavaan sanaan *telos*.) Juuri tähän sisältyy Platonin mukaan rationaalisuuden ja irrationaalisuuden ero – tietoista hyvään päämäärään pyrkimistä voidaan pitää nimenomaan rationaalisena toimintana. (Pitkänen 1994, 27; ks. myös MacIntyre 2004.)

*Rationaalinen*-sana vaatii hieman tarkempaa selvitystä tämän työn ymmärtämisen kannalta. Nykyään sillä yleensä tarkoitetaan ”järjellistä, ymmärrettävää, käsitettävissä olevaa” tai ”tarkoituksenmukaista, perusteltavissa olevaa, hyödyllistä”. ”Ratio”-sanankin yksi vanhimmista merkityksistä on ”kaupankäynnistä jäävä voitto-osuus”. Ja nykyään usein asioita perustellaan järjellisinä, tarkoituksenmukaisina ja hyödyllisinä nimenomaan silloin, kuin taloudellinen kasvu tai hyöty on näköpiirissä. Tämän pohjalta esimerkiksi tämän päivän valtaapitäviä politiikan ja talouselämän ihmisiä voi hyvällä syyllä pitää ”rationaalisina”. Mutta heitä ei välttämättä voi pitää viisauden rakastajina – filosofeina isolla F:lla – jollaisia valtaapitävien olisi syytä olla (ks. esim. *Valtio*).

Antiikin Kreikassa kuului, itse asiassa, yleensäkin ”yleissivistykseen” tieto siitä, että elämän päämääränä on *eudaimonia* eli sisäisesti hyvästä koostuva onnellisuus, jonka vastakohtana on ulkoisesti hyvien asioiden kerääminen. *Eudaimonia* suomennetaan usein yksinkertaisesti vain ”onnellisuudeksi”. Termi ei kuitenkaan vastaa modernin ajan hedonistisia merkityssisältöjä, vaan tarkoittaa pikemminkin elämän kokonaisuuden

onnistuneisuutta – eli ”*tietyllä tavalla elettyä elämää*”. (Pitkänen 1994, 48, MacIntyre 2004; 219-225.)

Klassisessa kreikkalaisessa filosofiassa hyveen harjoittaminen käytännössä johtaa kohti inhimillisen *teloksen* saavuttamista. Vaikka *telos* tarkoittaakin päämäärä, niin käytännössä se tässä kontekstissa on yleisesti ottaen *tietyllä tavalla elettyä elämää*, jossa matkalla olo – itse asiassa jok'ikinen askel - on yhtä tärkeä, kuin se potentiaalinen päämäärä. Ja olennaista on, että hyveiden suhde keinoina päämäärään käsitetään ”sisäiseksi” eikä ”ulkoiseksi”. ”Ulkoisille hyvälle asioille” on luonteenomaista, että ne ovat aina jonkun yksilön omaisuutta tai halussa. Näin ollen, mitä enemmän jollakulla on, sitä vähemmän jää muille. (MacIntyre 2004, 219–225; Aristoteles 1991, 176.)

”Sisäiset hyvät asiat” puolestaan voivat kasvaa koko ajan kaikkien kohdalla ja jopa yhtäaikaan. Tämä voi tapahtua mahdollisesti vieläpä niin, että koko yhteisö – tai organisaatio, alakulttuuri, toimintakenttä – hyötyy kunkin yksilön vuorollaan kokemista sisäistä hyvistä asioista. Tärkeää on myös huomata, että käsite ”ihmiselle hyvä elämä” on ensisijainen käsitteeseen ”hyve” (*arete*) nähden. (MacIntyre 2004, 219–225; Aristoteles 1991, 176; *Valtio, VII Kirja; VII Kirje*.) Aristoteleen (1981, 48) mukaan hyveet eivät synny luonnostaan, mutta eivät myöskään luontoa vastaan. Eli se mitä usein tarvitaan on jonkinlainen tietoinen harjoitus, joka jalostaa ihmisluonnetta.

Yksi tapa konkretisoida em. sisäisesti hyviä asioita on lähestyä niitä Csikszentmihalyin (1992) *flow*- eli virtauskokemus-teorian kautta. *Flow* on sana, jota ihmiset toistuvasti käyttävät kuvaillessaan mielentilaa, josta he löytävät itsensä, kokiessaan tajuntansa olevan harmoniassa, ja kun he haluavat jatkaa parhaillaan suoritettavaa toimintaa toiminnan itsensä vuoksi – vailla odotuksia toiminnan mahdollisista palkinnoista. (Csikszentmihalyi 1992, 24.) Optimaalisessa tilassaan tajunnassa valitsee jonkinlainen sisäisesti koettu järjestys. Järjestys vallitsee, kun tajunnassa olevien informaatioyksiköiden väliset konfliktit loistavat poissaolollaan ja informaatio on sopusoinnussa yksilön sen hetkisen toiminnallisen tavoitteen kanssa. Fysiologisesti *flow*-tunteuksen aiheuttaa aivojen välittäjäainetulva. (Csikszentmihalyi 1992, 47–48.) Toisin sanoen, ihminen on läsnä *tässä ja nyt* ja hänen tajuntansa virtaa yhteen kohteeseen eli esimerkiksi toimintaan, jota on parasta aikaa suorittamassa, ja lisäksi osa huomiosta on tietysti omassa sisäisessä, ja sisäisesti hyvänä koetussa, kokemuksessa.

Tämähän on yhteistä kaikille meditatiivisille perinteille eli harjoitellaan tietoisesti tällaisen tilan saavuttamista ja siinä pysymistä. (ks. esim. Klemola 2004; Tolle 2002; Kabat-Zinn 1994.)

Optimaalinen tila mahdollistuu, kun psyykkinen energia tai tarkkaavaisuus investoidaan realistisiin tavoitteisiin ja kun yksilön valmiudet vastaavat toimintamahdollisuuksia. Tietoinen pyrkimys tavoitteeseen luo järjestystä tajunnassa, koska tarkkaavaisuus on keskitettävä suoritettavaan tehtävään ja välittömästi unohdettava kaikki muu. *Flow*-teorian lähtökohta on siis fenomenologinen eli yksilön sisäisiä elämyksiä ja subjektiivisia ainutlaatuisia kokemuksia - eli *Kosmoksen* ylävasenta (ks. liite 1) – korostava. *Flow*-tutkimuksissa ihmiset ovat toistuvasti kuvanneet näitä sopivan haastavia suorituksia elämänsä onnellisimmiksi hetkiksi eli optimaalisiksi kokemuksiksi. Platonisesti niitä voisi kuvata myös *ideaalisiksi* hetkiksi, eli silloin nähdään ko. toiminnan *idea* omista lähtökohdista käsin. Ja näiden ideaalisten hetkien kautta ihminen ei voi välttyä kehittymästä moniulotteisemmaksi olennoksi ja ainutlaatuisemmaksi yksilöksi – eli kohti ihmisen *ideaa*. (Csikszentmihalyi 1992, 23.)

Csikszentmihalyin (1992) mukaan on olemassa ihmisiä, jotka ovat onnistuneet muuntamaan elämänsä virtauskokemus-painoitteiseksi. Eli tällainen ihminen elää suurimman osan ajasta ollen *läsnä tässä hetkessä*, jolloin hän on aina jonkinaisteisessa *flow*-tilassa – ja tällaisesta henkilöstä käytetään *flow*-teoriassa sanaa *autoteelinen* persoona. Terveys, raha ja muu materiaallinen parantavat elämämme toisinaan ja toisinaan taas eivät – ne itsessään *eivät ole riittäviä* tekemään elämästä hyvää. *Flow* taas parantaa elämää aina ja ehdottomasti – eli virtauskokemukset tekevät elämästä *välttämättä* hyvää. Optimaalisen kokemuksen avaintekijänä on itseriittoisuus – eli se lähtee ihmisestä itsestään. (Csikszentmihalyi 1992, 220; ks. myös Tolle 2007.)

Huomion arvoista on, että vaikka aloittaisimme toiminnan muista syistä, kuin toiminnan itsensä vuoksi, voi toiminnasta tulla itse itsensä palkinto – eli toimintaa itsensä vuoksi, jonka palkinnot ovat aina sisäisesti hyviä asioita. Termi ”autoteelinen” tulee kahdesta kreikkalaisesta sanasta; *auto* eli ”itse, itsenäinen, itseen suuntautuva” ja *telos* eli ”päämäärä, tavoite, maali”. Suurin osa toiminnastamme ei ole täysin autoteelistä tai täysin vastakohtaansa *exoteelista* vaan sijaitsee jatkumolla jossain näiden ääripäiden välissä; aivan kuten suurin osa asioista ei ole täysin sisäisesti tai täysin ulkoisesti hyviä,



vaan jossain siellä välissä. (Csikszentmihalyi 1992, 91–93; ks. myös MacIntyre 2004, 233; Tolle 2006.)

Niin, monet asiat puhuvat sen puolesta, että Platonin filosofiassa oli *esoteerinen* eli asiantuntemusta vaativa osa ja *eksoteerinen* eli yleistajuinen osa. *Esoteerinen* on varsinaisen sisällön tulkitsemista ja avaamista käsitteellisesti sellaiselle, jolla ei vielä ole samaa omakohtaista oivallusten ”arkistoa”. Täten *esoteerista* tehdään tutuksi teoriassa, jotta mahdollisimman moni voisi sen oppia tunnistamaan - jos ja kun alkaa itse oivaltamaan. Mitä paremmin tunnistamista on alustettu, sitä vaivattomammin oivallus voi tapahtua. Ja lisäksi on tietysti hyvä, jos alkujaankin mahdollisimman moni inspiroituu tutkimaan asioita syvällisemmin. Aito filosofia ei voi siis koskaan olla täysin eksoteerista eli yleistajuista, sillä silloin siltä puuttu varsinainen sisältö ja juuret – toisin sanoen, *substanssi* uupuu. (ks. esim. Klemola 2004; vrt. Varto 1993, 72–74.)

Yleistajuisin, rationaalisin ajatus- ja käsiterakennelmin voidaan rakentaa komeat kuoret (joka muistuttaa ehkä erehdyttävästi norsunluutornia), mutta kuoret eivät voi muuntaa ihmisyyksiä - tai ihmiskuntaa kollektiivisella tasolla – sisäisesti; vaan korkeintaan hyvin pinnallisella tasolla eli sanallisen ja/tai käsitteellisen ajattelun tasolla. Tällä pinnallisemmalla tasolla muuttuvat vain julkiteoriat eli se mitä ihminen ”poliittisesti korrektisti” ääneen ajateltaessa pitää arvokkaana. Sen sijaan, käyttöteorioiden eli sen minkä mukaan oikeasti eletään, kuinka toimitaan ja käyttäydytään muuttuminen vaatii perustavamman laatuksen sisäisen muutoksen. (Argyris & Schön 1978.) Analyyttinenkin filosofia parhaimmillaan voi muuttaa asenteita ja arvoja, mutta tässä suhteessa analyttistä filosofiaa ei voi kutsua systemaattiseksi metodiksi tietoisuuden tasoilla kohoamisen tiellä.

Tietoisuuden tasolla tarpeeksi korkealle tasolle nousseet ihmiset *tietävät* – ja Platon pukee tietonsa sanoiksi puhumalla *ideoista* ja luolavertauksessaan hän puhuu Auringon eli Hyvän idean *näkemisestä*, joka on tiedon tasoista korkeinta (*Valtio, Kirja VII*). *Ideamaailma* siis voi välittyä sielussa suoraan koettuna asiana joillekin, henkisesti kehittyneimmille yksilöille; mutta suurimmalle osalle ihmisistä vain välillisesti käsitteiden kautta. (vrt. Saarinen 1985, 40.) Ja tätä kautta voi saada todellista tietoa arvokysymysten ja etiikan suhteen – pelkkien mielipiteiden sijaan.

Thesleffin (1989, 103) mukaan lähimpänä Platonin sydäntä on kiinteiden eettisten normien etsiminen. ”Todellinen” tieto on mahdollista nimenomaan kahden tason mallin mukaisella ylemmällä tasolla, koska sen kohteet ovat muuttumattomia. *Episteme* eli tieto, siis, itse asiassa tarkoittaa sekä tietoa että taitoa; eli todellinen tieto sisältää kyvyn ta taidon toimia ideaalisen tiedon suuntaisesti (Pitkänen 1994, 67). Tätä voisi verrata tämän päivän ns. eettiseen asiantuntijuuteen.

”Asiantuntijuus” on prosessi, jossa kasvatetaan omaa asiantuntijuutta kulttuuriin osallistumisen ja tiedon luomisen prosesseissa. Asiantuntijaprosessin psykologinen perusta on rutinoitumisen myötä vapautuvien mentaalisten resurssien jatkuva uudelleensijoittaminen uusiin haasteisiin. Tämä mahdollistaa kyvyn alati uuteen luovaa ongelmanratkaisuun, kun jatkuvasti tartutaan korkeamman tai syvemmän tason ongelmiin. Tällaisessa kulttuurissa kasvu ja kehitys ovat luonnollinen vaatimus sopeutumiselle ympäristöön. Millä tahansa alalla asiantuntijuuteen voi lisäksi liittyä ns. aktiivinen viisaus (*active wisdom*), jolloin ekspertti osaa ottaa huomioon eettiset, humanit ja ekologiset arvot. (Bereiter & Scardamalia 1993, 244–245; ks. myös Csikszentmihalyi 1992; Skinnari 2004.)

### 3.1.2 Luolavertaus eli ”tiedon tasoista”

*“Luonnontiede, ei pelkästään kuvaile ja selitä luontoa; se on osa luonnon ja ihmisen vuorovaikutusta.”*

- Werner Heisenberg -

Platonin *alter ego* Sokrates aloittaa luolavertauksen:

*“- Seuraavasta vertauksesta voit nähdä, millainen meidän synnynnäinen luontomme on, kasvatettuna ja kasvattamattomana. Kuvittele joukko ihmisiä, jotka elävät jonkinlaisessa maanalaisessa luolamaisessa olinpaikassa, josta johtaa ulkomaailmaan koko luolan levyinen pitkä käytävä. Täällä he ovat olleet lapsesta asti, jaloistaan ja kaulastan samaan paikkaan kytkettyinä. He pystyvät katsomaan vain sisäänpäin, koska kahle estää heitä kääntämästä päätänsä. Ylempänä ja kauempana heidän selkensä takana palaa tuli, ja sen ja vankien välissä kulkee samoin ylempänä poikkitie. Sitä pitkin on rakennettu matala muuri, aivan kuin nukketeatterin suojus, jonka ylitse sen takana olevat esiintyjät näyttävät temppujaan.*

*- Näen mielessäni kaiken tämän.*

*- Kuvittele sitten, että tämän muurin takana kanniskellaan kaikenlaisia esineitä, jotka näkyvät muurin yli, myös ihmisten ja eläinten kuvia, kivisiä, puisia ja niin edelleen. Ja jotkut näistä kantajista arvatenkin puhelevat jotakin, toiset ovat vaiti.*

*- Aika kummallinen näkymä. Ja kummallisia nuo vangitkin ovat.*

*– Samanlaisia kuin me...” (Valtio 514a-515a.)*

Alkuasetelma on hyvin omituinen, hyvin epätodellisen oloinen; luolassa kaulastaa vangittuine ihmisineen, jotka vain sensorimotorisesti näkevät varjoja luolan seinällä. Vaikka heidän elämänsä on hyvin rajoitettua, niin hekin ovat – lapsuudesta asti – *TOTUUDEN* eli fyysikaalisen todellisuuden ja Hengen ympäröimiä ja vaikutuksen alaisia; heillä on *osatotuus* eli yksi olevaisen aspekti silmiensä edessä; mutta he pitävät sitä *koko totuutena*. Varjot heidän silmiensä edessä ovat totta heille, eivät peitettyjä, siis, kun muistamme ”totuuden” etymologisen alkuperän ”ei-peitetty”. He vain eivät näe varjoja varjoina, vaan totuutena asioista. Tottahan varjot myös ovat, mutta ne ovat vain varjoja, niitä ei pidä luulla miksikään muuksi. (Heidegger 2002, 21.) Findlay (1974, 189) ilmaisee asian pähkinäkuoressaan: ihmisillä on usein absurdi usko, että vain sillä, mitä he sensorimotorisesti näkevät on todellinen, varsinainen, autenttinen olemassaolo (ks. myös Klemola 2004, 77-87).

Luolavertauksen ”toisessa näytöksessä” Sokrates laittaa kuulijansa kuvittelemaan, että yksi näistä vangituista yhtäkkiä vapautettaisiin kahleistaan, pistettäisiin kääntämään päätänsä, lähtemään liikkeelle ja katsomaan tuleen päin. Aluksi kaikki tämä tuottaa kipua ja hän häikäistyy. Ja sitten hänelle kerrotaan, että kaikki mitä hän enne näki oli pelkkää harhaa ja nyt hän on lähempänä oikeaa olevaista. Sitten hänet väkisin laahataan ylös epätasaista ja jyrkkää käytävää kohti auringonpaistetta. Hän tarvitsee runsaasti totuttelua; ja hän näkee olevaisen tarkemmin ja tarkemmin asteittain. Ensin hän erottaa hänelle tutut ja turvalliset varjot, sitten vedestä heijastuvat kuvajaiset, ja seuraavaksi oliot itsensä. (*Valtio 515c-516b.*)

Ei niin, että varjojen määrä muuttuisi, vaan näkökulma niihin ja näin ollen *näkemisen* laatu eli tietoisuuden taso muuntuu – asteittain, ei niinkään määrällisesti vaan laadullisesti. Kyseessä on eräänlainen progressiivisesti etenevä ylikulkujen sarja eri vaiheiden läpi. Se mitä nähdään on nyt todellisempaa, selkeämpää, vähemmän peitettyä ja enemmän läsnä *sellaisenaan*. Ihminen on enemmän läsnä Olemisessa itsessään, olemisessa syvimmissä ja aidoimmassa *Itsessään*. Näin ollen hänellä on myös mahdollisuus halutessaan kuvata todellisuuden luonnetta myös käsitteellisesti ”oikeammin”. (Heidegger 2002, 25–29; ks. esim. Klemola 2004.)

Ja seuraavassa vaiheessa hän on valmis katselemaan taivaan eri ilmiöitä. Aluksi hänen on helpompi nähdä yöllä kuun ja tähtien valo, kuin päivänvalo - ja varsnaisesta auriongonpaisteesta puhumattakaan. (*Valtio 516b.*) Täten hän, itse asiassa, päätyy siihen, että nimenomaan aurinko mahdollistaa kaiken elämän täällä maan päällä (*Valtio 516b*). Aurinko symboloi Hyvä ideaa, joka on Platon mukaan korkeinta mahdollista tietoa; ja tuota Hyvä ideaa on mahdoton sanoin kuvata – sen suuntaan voi vain viitata (*Valtio, VI Kirja*). Samoin eri nimin puhutaan itämaisissa filosofioissa jostain, joka on todella todellista, muuttumatonta ja sanoin kuvaamatonta – sitä korkeimman tason tietoa, mitä ihminen voi saavuttaa – vaikka aniharva sen saavuttaa.

Aina, kun Platon haluaa sanoa jotain perustavanlaatuisia ja olennaisia hänellä on käytössään metafora ja/tai symboli, jos toinenkin. Näin hän asettaa mielemmemaisemaan visuaalisen kuvajaisen - ja se on asetetaan tietoisesti yllykkeeksi korkeamman tason *näkemisen* aktivoitumiseksi. Näin Platon haastaa ihmisiä *näkemään* tajunnassaan asioita, joita ei yksinkertaisesti voi pelkästään sanallisesti opettaa. Hän ei

tee tätä, koska olisi epävarma asiastaan; vaan hän tekee sen, koska on nimenomaan varma, ettei joitakin asioita voi yleispätevästi selvittää ihmisille rationaalisesti sanoja ja teoreettisia käsitteitä käyttäen (ks. *Parmenides*). Ja aina kun Platonin tekstissä kohdataan vertauskuvia, ollaan lähimpänä niitä syvällisimpiä oppitunteja, joita Platonilta voi saada. (Heidegger 2002, 13.)

Se, että meneekö oppitunti yksilölle ”perille”, ei riipu hänen filosofisten käsitteiden, tai yleisemmin sivistysanojen, hallinnan määrästään. Ne voivat mennä perille, kun yksilö on läsnä *tässä ja nyt* suunnaten kaiken tietoisuutensa käsillä olevaan asiaan – ja sitten ”*jos jumala suo*” se resonoi yksilön olemuksessa tavalla, joka todella muuttaa jotain hänessä. Ilman tämän kaltaista oppimista kaikki filosofia on pelkkää ”*julkisivun rakentelua*”. (Heidegger 2002, 13.) Näitä oppimiskokemuksia voisi kutsua myös suuriksi ontologiseksi käännteiksi ihmisen tietoisuudessa.

Joka tapauksessa, näiden omakohtaisten kokemusten ja oivallusten jälkeen vertauksen sankarillemme tulee surku yhä vankeina olevia tovereitaan. Hän päättää palata takaisin luolaan ja vapauttaa toverinsa. Pimeys sokaisee aluksi hänet; hän joutuu naurunalaiseksi erilaisten näkemystensä takia – ja lopulta hänen vapauttamansa toverit surmaavat hänet – vakuuttuneina siitä, että hän on vain tarvellyt silmänsä käymällä ylhäälä. (*Valtio 516d-517a*.) Näin kävi oikeassa elämässä mm. Sokrateelle eli hän joutui surmatuksi (ks. *Apologia*). Tänä päivänä läntisessä maailmassa ollaan niinkin ”sivistyneitä”, että tällainen ihminen korkeintaan karkoitettaisiin valtiosta – tai esimerkiksi vain yksinkertaisesti jätettäisiin työttömäksi akateemisessa maailmassa.

Platonin luolavertaukseen vaikutti varmasti juuri hänen oma opettajansa kohtalo – ja luolvertauksen lopuksi Platon laittaa vielä Sokrateen valistamaan:

*”Järkevä ihminen muistaa, että silmien häiriötiloja on kahdenlaisia, kahdesta eri syystä johtuvia: joko siitä, että siirrytään valosta pimeyteen tai päinvastoin. Hän ottaa huomioon, että sama koskee myös sielua, ja siksi hän ei rupea tyhmästi nauramaan nähdessään sielun, joka ei hämmennyksissään kykene näkemään jotakin asiaa. Sen sijaan hän ottaa selville, onko se tullut valoisammasta elämästä ja tottumattomuuttaan sokeutunut vai onko se siirtynyt kauempaa tietämättömyydestä valoisimpaan maailmaan ja häikäistynyt sen kirkkaasta loisteesta.”* (*Valtio 518a-b*.)

Tämän työn seuraavassa osiossa kuvaan tarkemmin ns. tietoisuuden tasoja – ja

nimenomaan ns. transpersoonallisiin tietoisuuden tasoihin näen ylläolevan sitaatin kiinteästi liittyvän.

Luolavertauksessaan hahmottelemallaan tiedon tasojen nousun polulla on Platonin jaottelun mukaan neljä vaihetta: (1) *noesis*, (2) *dianoia*, (3) *pistis* ja (4) *aikasia* (*Valtio, Kirja VII*). Nämä käännetään yleensä tarkoittamaan seuraavanlaisia käsitteitä: (1) ymmärrys tai käsitys; (2) järkeily tai päättely; (3) uskomus tai vakaumus sekä (4) kuvittelu tai luulo. Reeve (1988, 58) ei halua seurata tätä yleistä ”nimittelyä” Platonia tulkitessaan, koska edellä mainitut käännökset antavat ymmärtää, että nuo eri tasot ovat läsnä samanaikaisesti aina yhdessä ja samassa psyykkeessä - eli jokaisessa ihmisessä. Mutta jos Platonin *tiedon tasot* ymmärtää *tietoisuuden tasoina*, jotka ovat pysyvämpiä psyykkeen rakenteita, joiden kautta ihminen voi kehittyä – joka on itse asiassa sitä ns. henkistä kehitystä – kannattaa käyttää toisenlaisia käännöksiä vanhojen assosiaatioiden ja illuusioiden välttämiseksi. (Reeve 1988, 58.)

Näin ollen, Reeve (1988, 58) ehdottaa tämän näkökulman kannalta hedelmällisemmiksi seuraavia: (1) dialektinen tietoisuus, (2) tutkiva tietoisuus, (3) ”perimätietoon” pohjaava tietoisuus ja (4) mielen värittämään havaintoon perustuva tietoisuus. Reeven (1988, 58) mukaan nämä ilmiöt ovat jotain, joka vaatii aikaisempaa kehittyneempää ja tarkempaa psykologista teoriaa, eikä vain lisää semantiikkaa eli sanojen merkitysten tutkimusta. Reeve (1988) on itse kehittänyt *Valtiosta* tulkinnan, jolla hän luo tällaisen uuden teorian. Mutta vielä kattavamman teorian on mielestäni luonut Ken Wilber (2000a; 2000b).

### 3.2 Etiikkaa eli ihmisluonnetta

*”Moraalisesti hyvää ei ole se, ettei tehdä väärin, vaan se, ettei edes tahdota tehdä väärin.”*

- Demokritos -

Kun *teleologinen* käsitys elämästä sai 1700-luvulla väistyä jäi jälkipolville kahdesta elementistä koostuva moraalijärjestelmä, jossa noiden kahden osion suhde toisiinsa on hyvin epäselvä. Yhtäältä moraalisuudella oli tietty sisältö eli joukko ohjeita ja sääntöjä sekä toisaalta meillä oli näkemys ”ohjaamattomasta ihmisluonnosta”, jota Platonin luolavertauksessa vastaavat ne luolan vangit, jotka näkevät vain varjoja seinällä. Nuo kaksi ovat toistensa kanssa yhteismitattomia ilman alunperin ihmisen moraalisessa tarkastelussa mukana ollutta kolmatta ja erittäin olennaista osiota eli ”ihminen sellaisena kuin hän voisi olla, jos hänen *teloksensa* toteutuisi”. (ks. MacIntyre 2004.)

Sanat ”etiikka” ja ”moraali” ovat kreikan ”*ethikos*” ja latinan ”*moralis*” etymologisia jälkeläisiä, jolloin niiden alkuperäinen merkitys on ollut ”*luonteeseen kuuluva*”. MacIntyre (2004, 60) määrittelee ihmisen luonteeksi sen ”*taipumusten joukon, jonka takia hän käyttäytyy systemaattisesti pikemminkin yhdellä tapaa, kuin jollakin toisella tapaa*”. Mutta MacIntyre (2004, 19) väittää, että modernina aikana moraalisuuden ja etiikan kieli on ajautunut sekavaan epäjärjestyksen tilaan. Nykyään etiikan kieli koostuu osista, jotka ovat irtautuneet aiemmista merkityksellisistä yhteyksistään. Käytämme kyllä useita keskeisiä ilmaisuja, mutta olemme hyvin pitkälle menettäneet niin teoreettisen kuin käytännöllisenkin otteemme moraalisuudesta. Etiikan pirstaloituminen on ollut pikkuhiljaa ns. valistuksen ajasta tähän päivään tapahtunut monimutkainen prosessi. Nykyaikana päätymättömältä vaikuttava moraalinen keskustelu (esim. abortista, eutanasiasta, monikulttuurisuudesta jne.) käydään yleensä valintana vastakkaisten – ja usein itse asiassa yhteismitattomien – moraalisten oletusten ja sitoumusten välillä, joille ei ole löydettävissä rationaalisia kriteerejä. (MacIntyre 2004, 19–21; ks. myös Knuuttila 2001.)

Ratkaisuksi ongelmaan MacIntyre tarjoaa klassista hyveperinnettä, jonka juuret ovat antiikin Kreikassa ja joka oli voimissaan vielä ennen 1700-lukua. ”Klassinen” on itse

asiassa hieman liian laaja käsite kuvaamaan tätä perinnettä; ja sitä onkin kutsuttu myös aristoteeliseksi hyveperinteeksi, joka puolestaan on liian suppea käsite. Platonin kuuluisin oppilas Aristoteles kuitenkin nimenomaan määritteli hyve-etiikan täsmällisemmin kuin kukaan aikaisemmin teoksissaan ”Nikomakhoksen etiikka” (1989) ja ”Politiikka” (1991), jotka molemmat on kirjoitettu alkujaan 300-luvulla eaa. Vaikka hyveperinteelle on vaikea antaa sopivaa nimeä, on se silti tunnistettavissa historian sivuilta antiikista keskiajan kautta renessanssiin, kun se on muotoutunut paljolti dialogissa nimenomaan Platonin ja Aristoteleen kanssa. (MacIntyre 2004 196; Aristoteles 1981; Aristoteles 1991; ks. myös esim. Pegis 1944; Pegis 1945.)

Platonin ylöskirjaamat perushyveet viisaus, kohtuullisuus, rohkeus ja oikeudenmukaisuus ovat traditionaalisia kreikkalaisia hyveitä (*arete*). Varhaisdialogeissaan Platon mainitsee viidentenä hyveenä vielä hurskauden. (ks. esim. *Eutyfron & Protagoras*.) Vaikka teleologinen käsitys elämästä sisältää päämäärän, on ihmiselämän *telos* silti suurimman osan aikaa tietyllä tavalla elettyä elämää. Elämän *telosta* ei pelkästään saavuteta jonain tulevana hetkenä, vaan se on mahdollista saavuttaa – *tässä ja nyt* – elämän rakentuessa hetki hetkeltä, pala palalta tietyllä tavalla. On kyllä totta, että klassisessa näkemyksessä *telos* huipentuu ”jumalallisen kontemplaatioon” eli tietynlaiseen *valaistumiseen* – johon Platon on uskokakseni viitannut Hyvän idean *näkemisenä*. Tätä voisi kuvata esimerkiksi hartaaksi mielen hiljentymiseksi, joka ilmenee mm. lähimmäisenrakkautena tai myötätuntona kaikkea elävää kohtaan, joka kumpuaa Ykseyden kokemisesta – ja joka on aktuaalinen tajunnallinen kokemus. (MacIntyre 2004, 207; ks. esim. Pegis 1945, 59–60; Marion 2000; Kornfield 2002.)

Rakkaus onkin ainoa asia, josta Platonin opettaja Sokrates – tuo mies, joka toteaa, että ”*tiedän vain sen, että en tiedä*” - uskoo jotain tietävänsä (ks. *Pidot*) – ja tämä tuskin on sattumaa. Sokrates on koko elämänsä ajan kriittisessä suhteessa ns. ”valmiin maailman” kanssa; vallan sokaisemien politiikkojen ja itsetärkeyden sokaisemien sofistien kanssa (Varto 1993, 153). Sokrates näkee, kuinka tästä henkisesti pysähtyneestä maailmasta on paennut se, mikä on ihmiselle tärkeintä: Vapaus! – ”*tuo siivekäs kevyt olotila*” (*Faidros*). *Faidros* -dialogin pääaiheena on rakkaus – ja aihetta on hankala käsitellä laajemmin ilman eettisen kasvatuksen pohdintaa.



Lapsilla – eli ihmisellä alkujaan - on monilta osin luonnostaan avoin suhtautuminen ympäröivään todellisuuteen, jolloin sen voi nähdä kauniina – *sellaisenaan* (Varto 1993, 154; ks. myös Skinnari 2004). Ihmiset yleensä kasvaessaan jäävät kulttuurinsa vangeiksi; kuin Platonin luolassa vapautta vailla olevat varjojen katselijatkaan eivät tunne edes itsestään kuin varjoina, myös kulttuurimme edustajat usein ottavat vain sen mitä tarjotaan koulusta, mediasta, viranomaisilta – eikä se ole mielestäni usein kovinkaan paljon. Muiden määrittelemässä ja asettelemassa oravanpyörässä juokseminen vailla tietoista läsäoloa ei ole varsinaista elämään osallistumista – se on vain sivustakatsomista. Tämä puolestaan johtuneen pohjimmiltaan siitä, ettei tunneta edes omaa syvintä ja aidointa *Itseä*, vaan ollaan vain ”varjo seinällä” - pahimmillan mediasta projisoitu vääristynyt kuvajainen omassa mielessä, joka ei voi hyvin. Vartoa (1993, 159) mukaillen kysynkin, että voiko tällaisista ihmisistä edes teoreettisesti olla eettiseksi kasvattajiksi?

Mitä sitten on eettinen kasvatus? Syntyessään ihminen on aika pitkälle vain biologinen olento, joka elää ”vaistojensa” varassa. (Tosin ”vaisto” on biologisestikin hieman ongelmainen käsite, ks. esim. Viitala 2004.) Kasvatuksen tavoitteena on saattaa yksilö *ihmistymään*. Aristoteles on sanonut, että ”*ihminen on eläin tai jumala*” - mutta jälleen kerran on todettava, että suurin osa ihmisistä lienee siinä eläimellisen ja jumalaisen välimaastossa. Ja tässä välimaastossa myös kasvattajat operoivat.

Mutta, onko *ihmistyminen* a) yksilön oman, yksilöllisen kehittymisen herättämistä, vai b) ihmisen olemukseen kuuluvan yleisen inhimillisyyden herättämistä, vaiko c) yhteisöllisen vastuuntunnon synnyttämistä? Näistä vaihtoehto c) eli sosiaalisaminen on se tavanaomaisin prosessi, mitä kasvatuksessa tapahtuu. Tällöin kasvatus ei ole välttämättä eettistä, jos kasvattajien arvot ja tavat ovat liian kaukana Hyvän ideasta – varsinkin, jos kasvatus vieläpä perustuu pääasiallisesti syyllistämiseen. Sen sijaan, vaihtoehdot a) ja b) ovat lähempänä sitä, mitä filosofisessa traditiossa pidetään eettisenä. Etiikan keskuksiksi on yleensä ymmärretty yksilö, joka kuitenkin toimii eettisesti nimenomaan osana yhteisöä; mutta on todettava, että joskus yhteisön käytännölliset tarpeet ja yksilö ovat pahasti ristiriidassa. (Varto 1993, 138–141; ks. myös esim. *Apologia*.)

Kasvattamisen pyrkimys on aina ristiriitainen, sillä kasvattaminen itsenäiseksi

edellyttää, että kasvattaja asteittain irrottaa otteensa kasvattaessaan kasvatettavaa. Kasvatettava on aina aluksi riippuvainen kasvattajastaan, ja kasvattajalla on velvollisuus ja vastuu kasvattaa, vaikka kasvatettava ei olekaan kasvattajan omaisuutta. Mutta usein käy myös niin, että kasvattajasta tulee riippuvainen kasvatettavastaan, jolloin on kyse ns. läheisriippuvuudesta. Tällöin myös kasvatettavasta helposti kasvaa läheisriippuvainen eli itsenäistyminen epäonnistuu jossain määrin. Kumminkin päin riippuvuus syö sitä, mitä olisi hyvä saavuttaa kasvatustilanteissa. Ristiriitaisesta sisällöstä huolimatta eettinen kasvattaminen on tietysti mahdollista. Riippuvuus ja itsenäistyminen ovat määrällisiä asteittaisia tapahtumia, joissa voi kehittyä. Kasvattaminen itsessään ei ole ainakaan varsinaisesti epäeettistä, jos ei se tähtää alistamiseen, riippuvaiseksi tekemiseen, syyllistämiseen tai sairaaseen kulttuuriin sosiaalistamiseen. (Varto 1993, 138–141.)

Yksilön sisäisessä maailmassa eli *Kosmoksen* ylävasemmassa koetut oivallukset, jonka alulle panijana ovat usein tavalla tai toisella olleet tapahtumat muissa *Kosmoksen* kulmauksissa (ks. liite 1), saavat ennen pitkää aikaan, että ihmiseen ihmisenä - joka rakastaa viisautta - syntyy päämäärä: Hyvän tutkiminen hyvässä elämässä (Varto 1993, 46). Platoninen käsitys on, että tieto siitä, mikä on pysyvää on ainut tie tähän päämäärään. Tämä aluksi teoreettinen intressi ratkaisee ajan myötä enenevässä määrin, kuinka henkilön käytännöllinen kiinnostus suuntautuu. (ks. esim. Hadot 1995.)

Hyveet alkavat virrata ihmisestä spontaanisti hänen tietoisuuden tason noustessa – eli toiminta alkaa suuntautumaan Hyvän idean suuntaan spontaaneina hyveinä. Suuri osa nykyisestä filosofiastamme – jota minä tässä työssä kutsun yleensä, hieman yksinkertaistaen, analyttiseksi filosofiaksi – on jokseenkin kaukana antiikin ajan klassisesta filosofiasta eli viisauden rakastamisesta. Mutta akateemisen filosofian - tai yleensäkin tieteen - hatarilla jaloilla seisovassa norsunluutornissa oleilevassa “sisäpiirissä” ei nähdä asiantilaa, koska perinteestä on kadonnut jo aikoja sitten kontemplatiivisen elämän traditiot, viisaustraditiot (ks. esim. Klemola 2004; Hadot 1995). Näin syntyy informaatiota, ilman viisautta käyttäen sitä.

Tässä työssä on siis ns. tietoisuuden tasto tutkimuksen keskiössä; ja etiikka liittyy näihin tasoihin erittäin olennaisella tavalla. *Egosentrisyys* alkaa vähenemään tietoisuuden tasojen noustessa – ja toivottavasti terveen - *egon* kehittyessä, jolloin muuta maailmaa

ei enää tarvitse käyttää oman *egon* jatkeena eli tällä tavalla itsekeskeisyys vähenee – ja kyky eettisyyteen puolestaan kasvaa. (Wilber 2000a, 237.)

Moraalis-eettisellä egoismilla on kaksi puolta – vahva ja heikko - jotka on hyvä erottaa toisistaan, jos halutaan määritellä käsitettä tarkasti. Vahvassa *egoismissa* eettiset tosiasiat sitouttavat persoonallisen *egon* tahdon tavoitteisiin, joiden saavuttamisella pyritään vain omien halujen tyydyttämiseen eli vain omaan etuun – siihen ei liity muita ihmisiä. Heikossa *egoismissa* puolestaan eettiset tosiasiat sitouttavat ihmistä tavoitteisiin, joiden täyttymisestä hyötyvät myös muut ihmiset, joskus jopa enemmän, kun tekijä itse. Ihmisen halu syödä on yleensä vahvasti egoistinen halu. Halu parantaa avioelämän laatua puolestaan on heikommin egoistinen, koska siinä toisen onni on osa omaa onnea. (Reeve 1988, 269–270.)

Samoin moraalis-eettisellä *altruismilla* on vahvat ja heikot ilmenemismuotonsa, jotka tietysti muodostavat jatkumon, jolla on ääretön määrä ”harmaan sävyjä” eli aste-eroja. Heikko altruismi sattaa sisältää omia tavoitteita olennaisina osa-tekijöinä – vaikka näkyvänä tavoitteena on myös hyväntekeväisyys muiden hyväksi. Vahva altruismi äärimuodossaan puolestaan on toisten palvelua ilman mitään toiveita omasta edusta. Tämän perusteella voimme todeta, että vahva egoismi ja vahva altruismi eivät voi esiintyä yhtä aikaa samassa henkilössä jonkun tietyn toiminnan suhteen. Heikkoina versioina taas egoismi ja altruismi eivät ole toisiaan poissulkevia. Tämä avaa mahdollisuuden etiikan teorialle, jossa yhdistyvät oman edun tavoittelu ja yleinen hyvä – ja tätä mahdollisuutta Platon sommittelee *Valtiossaan*. (Reeve 1988, 269–270.)

Eri hyveillä on yhteys, mutta eri tietoisuuden linjojen kautta, ihminen voi olla hyveellisempi yhdellä tavalla, kuin jollakin toisella. Klassiset hyveet tarjoavat yksilön hyvyyden arvioimiseksi pikemminkin yhden monimutkaisen mitan kuin monia erillisiä kriteerejä. (MacIntyre 2004.) Tämän työn seuraavassa osiossa esittelen psykologisen mallin, joka tuo lisävalaistusta, siihen kuinka monimutkainen tuo mitta onkaan, koska pohjimmiltaan se mitta on ihminen itse...

Platon jatkoi Sokrateen intellektuaalisen etiikan ”liputtamista”, jonka mukaan hyve on tietoa ja tieto hyvettä eli kukaan ei tee tahallaan väärin – väärä teko paljastaa armotta tekijänsä tietämättömyyden. Kun oppi hyvästä elämästä kytketään totuudelliseen

tietämiseen, ovat älyn ja järjen siivet valmiit kantamaan ihmistä ennennäkemättömän kauas. (Saarinen 1985, 26.) Ja Platonille *ideat* ovat moraalin perusta. Jos ainoa tapa tietää hyve perustuisi listalle erillisistä hyvistä teoista, moraalilla ei olisi ankkuria. Platon kohottaa etiikan *ideoiden* valamalle pohjalle. (Saarinen 1985, 36.)

Kaikista suurista hengellis-henkisistä traditioista löytyy suunnilleen samat eettiset ohjeet eli moraalिसäännöt. Nämä eettiset ohjeet ovat korkeimman itseoivalluksen saavuttaneen spontaani tapa toimia tässä maailmassa (aiheesta myöhemmin lisää). Ihmisille, joka ei ole vielä saavuttanut omakohtaista korkeinta itseoivallusta, nuo moraalिसäännöt muodostavat mallin, joka on tavoitteena - jos yksilö siis antaa niille arvoa ollenkaan. Ja samalla ne ovat "mittareita" ihmiselle, joka harjoittaa jotain kontemplatiivista traditiota. Aika ajoin on hyvä kysyä itseltään, että vastaako toiminta moraalिसääntöjä enemmän kuin ennen? Platonin varhaisdialogeissa keskustelu hyveistä päättyykin tyypillisesti *aporiaan* eli ratkaisemattomaan (ks. esim. *Teokset I*).

### 3.2.1 Platoniset ideat etiikan pohjana

*”Oppimiseen ei ole muuta alkua kuin ihmettely.”*

*- Platon -*

Platonin *ideaoppi* on hänen filosofiansa kivijalka – ja liittyy olennaisesti myös luolavertaukseen ja Aurinko-symboliin: Kreikan kielen sana *eidos*, ja sen johdannainen *idea*, molemmat pohjaavat “nähdä”-verbiin, ja *idea* aluksi viittasi muotoon, jonka kautta objekti tulee näkyväksi. (Englannin kielessä sanaa “*form*” eli ”muoto” käytetäänkin usein platonisen *idean* synonyymina.) Tältä perustalta kehittyivät abstraktimmat merkitykset *ideal*e: olemus, luonteenlaatu, rakenne, muodostuminen jne. Platonin filosofiassa *idea* tarkoittaa, asiayhteydestä riippuen, ainakin seuraavia asioita: havaintomaailmasta riippumaton olion perikuva, esikuva, luonne, leima, laatu, yhteinen muoto, tunnusmerkki; joka antaa hahmon ja rakenteen materiaallisen maailman olioille ja esiintymille. (Findlay 1974, 29–31.)

*Idea* sellaisenaan esiintyy yleensä vain tajunnassa eli *Kosmoksen* ns. ylävasemmassa (ks. liite 1) – *ideat* eivät siis kävele kadulla vastaan. Mutta *ideat* tekevät käsitteiden muodostuksen ja asioiden arvionnin mahdolliseksi. Ilman *ideoita* ei olisi puhetta, ei ajatuksia, ei tietoa. Meidän konkreettiset kohtaamiset olioiden kanssa tapahtuvat siis eräänlaisessa *varjomaailmassa*, jolloin nuo oliot ovat eräänlaisia *ideoiden* likiarvoja; mutta niidenkin kautta on potentiaalisesti mahdollista *nähdä ideamaailman* - ja jopa kokea Ykseys moneudessa. (Findlay 1974, 29–31; *Kratylos*) Eli tässä työssä pyrin olemaan käyttämättä *idea*-sanaa nykyään puhekielessä valloillaan olevissa merkityksissä (eli ajatus, oivallus, ratkaisumalli, keksintö jne.), ja sen takia olen yleensä kursivoinut *idea*-sanat – paitsi silloin, kun puhun ”Hyvän ideasta”, koska se on aivan omassa ”luokassaan”.

Jos käsitämme *ideat* mielivaltaisesti vain teoreettisina yleiskäsitteinä tai ainiaaksi käytännössä tavoittamatta jäävinä esikuvina – kuten usein modernina aikana tehdään - päädytään tuottamaan “filosofista” analyysia, joka on kaukana Platonin ykseys*ideasta*. Ja näin päädytään sofismiin eli “ulkokultaiseen” filosofiaan – tai pelkkään retoriikkaan. Tällainen ulkokultainen analyttinen filosofia on pikemminkin informaationkäsittelyä

kuin viisauden rakastamista. Analyyttinen informaationkäsittely voi olla mielenkiintoinen harrastus, joillekin jopa työ, ja hyvää “aivojumbppaa”; mutta se ei ole “korkealentoisinta” mihin ihminen pystyy - siitä ei siis kannata “luulla liikoja”. (vrt. Varto 1993, 72–74.)

Niin sanotun, rationaalisen tiedon sisältöinä *ideat* saavat nimen tai yleiskäsitteen luonteen. Kaikilla *ideoilla* ei tosin ole nimiä, eikä kaikilla nimillä *ideaa*. Platoniset *ideat* usein analyttisessä filosofiassa samaistetaan yleiskäsitteisiin; mutta on muistettava, että tiedostamisen tie – eli *ideoiden* saavuttaminen yksilöllisen tajunnan sisällöiksi oivalluksen kautta – ei ole semanttinen. Todellisuus ja tietoisuus eivät pohjimmiltaan ole tunnettavissa sanojen kautta. (Pitkänen 1994, 71, ks. myös esim. Tolle 2007.) Sanat ovat vain kielikuvia, vertauksia ja symboleita eli ikään kuin objekteja, jotka *viittaavat* toisiin objekteihin. *Zeniläisyydessä* on kuuluisa vertaus: ”*Opettaja osoittaa sormellaan kuuta, mutta ymmärtämätön oppilas katsoo vain sormea – näkemättä kuuta.*”

Kärjistäen voisi sanoa, että Platonille vain *ideat* ovat todella vakaasti olemassa. Tosin Platon ei mene yhtä pitkälle kuin esim. elelaiset, joiden mukaan aistimaailma on olemassa vain “kuolevaisten mielipiteissä”. (Elelaiset oli esisokraattinen filosofinen koulukunta 400-luvulla eaa., jonka perusti Parmenides.) Aistimaailmakin on todella olemassa - tietyllä tasolla ja tietyllä tavalla - mutta sen oleminen ei ole yhtä vakaata kuin *ideamaailman*. Aistimaailma on jatkuvan syntymisen ja kuoleamisen; nousemisen ja laskemisen; esille tulon ja katoamisen; kasvamisen ja kutistumisen; luomisen ja tuhoamisen tilassa, jossa “täysikasvuisuuden” saavutettuaan tuleeikin “kokonaisuudesta” vain osa jotain suurempaa (ja alati kasvavaa) kokonaisuutta. (Findlay 1974, 34; Marion 2000, 184; *Timaios* 28a; *Valtio* 479d.)

Niinpä; Platon käsitteellisti *ideamaailmaa* vastaliikkeenä Herakleitoksen yksinkertaistavalle virtaus-teorialle, jonka mukaan ei ole mitään mihin voisi tarttua; mitä voisi tietää; mitä voisi nähdä todellisuudessa sellaisenaan, koska kaikki muuttuu kaiken aikaa – niin kuin tapahtuukin aistimaailmassamme. Aistimaailmasta ja -maailmassa pitääkin sen takia paikkansa hyvinkin osuvasti Sokrateen kuuluisa sitaatti: ”*Tiedän vain sen, että en tiedä*”. Eli Herakleitos ehkä näkee vain yhden tason todellisuudesta, vaikkakin sen ehkä tarkemmin kuin suurin osa ihmisistä – mutta Platon *näkee* laajemmalle, ja päättää luoda teoreettisen ”kahden tason mallin”. (Findlay 1974,

“Kaksitasoisuudessa” on Platonin mukaan kyse eräänlaisesta väliaikaisesta kahdentumisesta – ja tätä näkemystä voi pitää yhtenä länsimaisen tieteen merkittävimmistä “vallankumouksista” kautta aikojen (ks. Kuhn 1994); vaikka tietoisuus siitä on jäänyt valitettavan vähäiseksi. Alustavasti voidaan suhdetta kuvata epätäydelliseksi “kuvastumaksi”. Toistensa vastakohtia eivät nämä kaksi tasoa siis ole, joten Platonia ei voi nimittää sanan varsinaisessa merkityksessä dualistiksi. Itse kahdentumisen ajatus ei ollut kovin uusi edes Platonin aikana, sillä se on ollut mukana monissa niin kreikkalaisissa, kuin monen muunkin maalaisissa, vastakkainasetteluissa; esimerkiksi jumalat/ihmiset, sielu/ruumis, nimi/asia jne. Uutta oli ylemmän tason tekeminen kauttaaltaan *primaariksi* - ensisijaiseksi, alkuperäiseksi, kaiken perustana olevaksi - verrattuna alemman tason aistimaailmaan. Tämä on dualismia asioita selittävän ja käsitteellistävän kielen ja ajatuksen tasolla, mutta sitä hallinnoi *monismi*. (Findlay 1974, 196; Thesleff 1989, 99; Pitkänen 1994, 13; *Parmenides*.)

Siinä missä eettiset *ideat* ovat Hyvyyden malleja ihmisille ja yhteiskunnille ovat matemaattiset *ideat* yksinkertaisesti täydellisiä malleja objekteille ajan ja paikan ulottuvuudessa. Joten puhuessamme platonisista *ideoista* puhumme jostain absoluuttisessa mielessä täydellisestä, ja nimenomaan jossain absoluuttisessa mielessä hyvästä ja kauniista. *Ideat* ovat siis erottamattomasti ”naimisissa” hyvän ja kauniin kanssa. Platon *näkeekin* asiat kolmessa kategoriassa: (1) asiat, joilla on absoluuttinen olemassaolo eli *ideat*; (2) asiat, jotka ovat olemassa vastakohtina *ideoille* eli hyvälle ja kauniille; ja (3) asiat, jotka ovat olemassa jossain suhteessa *ideoihin* eli ovat eräällä tavalla epätäydellisiä, puutteellisia ja keskeneräisiä muotoja, pyrkien kohti ideaalista muotoa – ja tähän kolmanteen kategoriaan voitaneen laskea kuuluvaksi suurin osa asioista meidän “aktuaalisessa” maailmassamme, mukaanlukien suurin osa ihmisyksilöistä. (Findlay 1974, 41–45; ks. esim. Marion 2000.)

Esimerkiksi ihmisten psyykkis-sosiaaliset ristiriitatilanteet ovat vailla ideaalista perustaa. Ei ole myöskään *ideaa* sellaisille yhdistelmäkäsitteille kuin esim. “viisas ihminen”, mutta ihmisen *idea* on viisas – ja ihmiskunta on tietoisuuden evoluution kehityskulussa kohti tuota *ideaa*. Sen sijaan, on olemassa kyllä eri *ideoiden* yhdistelmiä ja jakaantumisia, mutta *ideat* itsessään ovat yksinkertaisia. On siis olemassa *idea*

esimerksi “ihmisestä” ja “viisaudesta”. Kaikkien *ideoiden idea* on ns. Hyvän idea, joka tekee mahdolliseksi kaikki muut *ideat* – mutta jota itseään on mahdotonta kuvata osuvasti sanoin. Ja tämä Hyvän idea voi saada kaksi *ideaa* – esimerkiksi ihminen ja viisas - tuntemaan vetoa toisiaan kohti – ja vetäytymään toisiaan kohti. (Findlay 1974, 453.)

Tästä Hyvän ideasta on mahdoton saada nykytieteen keinoin ns. objektiivista empiiristä tietoa. Objektiivisten empiiristen todisteiden vaatimus on itsensä kanssa ristiriitainen. Ensinnäkään, ei ole olemassa mitään empiirisiä todisteita, että tämä ns. objektiivinen - ja usein pinnallisen valju - tieto on ainoaa tietämisen arvoista tietoa. Sellainen väite on itse asiassa ihmisen sisäisen puolen päätelmä, joka kieltää suuren osan sisäisen puolen päätelmistä, kokemuksista tai näkemyksistä, vain koska ei voi omilla keinoillaan, omasta viitekehyksestään käsin niitä todentaa. Objektiivinen tieto voi todistaa *objektien* olemassaolon, mutta ei voi todistaa itseään, vaan se otetaan usein vastaan sokean uskon varassa, koska ollaan kasvettu ja koulutauduttu tiettyyn kulttuuriin. (Wilber 2000a, 429, ks. myös Kuhn 1994.) Mutta paradoksaalisesti ainoa objektiivinen tieto sisältyy Hyvään ideaan, josta ei siis voi saada objektiivista tietoa - ainoastaan (inter)subjektiivista.

Heideggerin (2002, 38) mukaan valon syvin olemus on kirkkaus. Ja kirkkaus ei ole mikään objekti (*partikulaari*), eikä edes laatuisuus (*universaali*) – vaan pikemminkin eräänlainen *tyhjiys*, jossa kaikki ilmenee (ks. liite 2, kohta 12). Ja ilmentyneen olion *idea* on se, mikä päästää läpi valon, joka tekee olion näkyväksi (vrt. ”persoona” sanan alkuperä eli *per sonare* eli ”soida läpi”). Ilman valoa ei ”pimeässä” luolassa näkisi yhtään mitään. Samalla tavalla ilman kirkkautta eli *Kosmoksen* kaikille kulmauksille pohjan luovaa tyhjiyttä ei tietoisuutta olisi olemassa (ks. liite 1). Vapautuminen eli kasvaminen kohti varsinaista itseä taas tapahtuu kulkemalla kohti kirkkautta eli Hyvän ideaa, jolloin alkaa ymmärtämään olioita ja asioita sellaisenaan. *Ideat* poistavat peitteitä ja Hyvän idea on SE, joka ei ole lainkaan millään tavalla peitetty. Näiden peitteiden riisuminen – siis kaiken turhan riisuminen – on *vapautumisen* ja totuuden syvällisin merkitys. (Heidegger 2002, 39–55.)



### 3.2.2 Etiikka ja kehon sekä mielen harjoitukset

*"Your natural resistance to practice is your natural resistance to change."*

- Michael Stone -

Liikunnan ja etiikan yhteyksistä on etiikan historiassa monia esimerkkejä, jotka voidaan jakaa kahteen ryhmään – jako on karkea, ja rajaviiva on veteen piirretty:

A) Ruumiin kulttuurilla on, varsinkin modernissa läntisessä maailmassa, välineellinen merkitys. Ruumiin liikunnan katsotaan tällöin parantavan mielen suorituksia (materialistisesti tehokkuutta ajatellen) tai henkisiä suorituksia (idealistisesti maailman parasta tieteen ja taiteen nimissä ajatellen) tai ruumista muutetaan enemmän hengen suuntaan (uskonnollisesti ajatellen). Joka tapauksessa, ruumis pyritään saamaan enemmän mielen ja/tai hengen hallintaan.

B) Ulkoeurooppalaisissa traditioissa, niin idässä kuin lännessä, vallitsevien käytäntöjen mukaan taas ruumis on ihmiskokonaisuuden keskeinen projektiio. Tällöin koko filosofinen perinne siirretään opettajalta oppilaalle suurelta osin ei-käsitteellisissä harjoituksissa, joissa ruumis katsotaan aidosti eläväksi, tietoiseksi, tajunnalliseksi osaksi ihmistä. (Varto 1993, 102–103; ks. myös Klemola 1998)

Mutta kuten totesin, on raja veteen piirretty, sillä ruumiinkulttuurin välineellinenkin painotus voi ajan myötä muuntaa ihmistä syvällisestikin, kun siihen liittyy laajempi elämäntarkastuksellinen pyrkimys. Ja tämä puolestaan mahdollistaa monia sellaisia oivalluksia – suoraa tajuamista, vailla ajattelevan mielen suodatinta - jotka ovat jääneet lihankieltoisen uskonnon ja "pääistyneen" sivistyksen varjoon. (Varto 1993, 102–103; ks. Klemola 1998.) Esimerkiksi aasialaisille perinteille taas on tyypillistä, että niissä ei eroteta terävästi mieltä ja kehoa. Vaikka mieltä ja kehoa voidaankin joistakin näkökulmista tarkastella erillisinä entiteetteinä, niin ei oleteta, että ne olisivat ontogisesti erillisiä. Nimittäin, kun länsimainen kulttuurimme on "pääistynyt", niin on unohtunut, että koko tämä lihan, luun, veren, sisäelinten ja ulosteiden täyttämä nahkasäkkimme on täynnä elämää – kuten zen-perinteessä asia on ilmaistu. (Klemola 2004, 64–88.)

Yleensäkin, "ajattelevan mielen" perustila on, että "minulta/meiltä" puuttuu jotain. Ja

tätä puuteta yritetään yleensä korjata jatkuvalla syötöllä hankkimalla stimulaatiota ulkoisesta maailmasta. Toisaalta taas, ulkoeurooppalaisten meditatiivisten traditioiden eli perinteisten tietoisuustaitojen kehittäminen käsitys on, että meillä on aina mahdollisuus saada yhteys suoraan tietoisuuteen tai puhtaaseen tajuntaan, joka on syvin ja alkuperäisin olemuksemme. Tämä puhdas ja suora tietoisuus/tajunta eli transdienttinen *ego* on muodoton; mutta koska ajattelevalla mielellä on taipumus eksyä muotoihin – me käytännöllisesti katsoen unohtamme – tai olemme unohtaneet – alkuperäisen, luonnollisen tilamme ja olemuksemme. Tietoisuustaitojen tavoite on saada ihmisyksilö taas ”muistamaan” oma alkuperäinen ja muttumaton olemuksensa. Yksinkertaisten sanottuna; tietoisuustaito on sitä, että olemme tietoisia siitä osasta minuttamme – kutsui sitä millä nimellä hyvänsä - joka voi todistaa kaikki tapahtumat mieli/keho-konstruktiossamme. Tällöin tajuamme. Suoraan. (ks. Tolle 2006; de Mello 2009; Maehle 2006; Saarinen 1985, 20–21.)

Kehollisuutena aktiivinen tajuaminen on eettisesti ensisijaisen tärkeää, mutta ajattelevan mielen ei ole helppo antaa kehollisuudelle tällaista asemaa. Ilmentyneen maailman jatkuvassa muutoksen tilassa olo sallii vain ”asettamattomat ideaalit”, jotka koskevat vain ja ainoastaan ”nyt-hetkeä”, mutta raukeavat jo samantien. Vain oma eettinen elämä tekee mahdolliseksi uusien, ennakoimattomien tilanteiden rakentavan ja paniikittoman kohtaamisen – vailla ehdollistumia – nykyhetkessä. (Varto 1993, 138; ks. myös esim. Tolle 2006) Sokraattinen muistiinpalauttaminenkin voi tapahtua nimenomaan kehollisuuden kautta, koska sillä on ajattelevaa mieltä suurempi yhteys sekä ulkoiseen maailmaan, että ihmisen omaan syvimpään todellisuuteen, jota siis Ei edusta ajatteleva mieli. Mutta kehollisuuden kautta se tapahtuu nykyhetkistämisenä eli ideoiden uudelleen eläväksi tekemisenä.

Ja pitkällä tähtäimellä tämä voi johtaa jopa Hyvän idean *näkemiseen*. *Valtion Kuudennessa ja Seitsemännessä Kirjassa* ”valo” on Hyvän Idean *symboli*, ja symbolilla viitataan johonkin, josta on vaikea jopa mahdotonta puhua sanoin. Platon siis luo mielikuvia herättelevän symbolin, joka viittaa johonkin äärimmäisen tärkeään. Symboli viittaa johonkin, josta on mahdoton saada otetta rationaalisella mielellä ja kielellä. Kääntyminen valoon edellyttää usein kahta eri asiaa: se edellyttää toista ihmistä, joka jo tietää valosta – ja se edellyttää, että ihmisen tajunta – tässä tapauksessa keho/mieli-konstruktion muodossa - käännetään pois siitä ”elämän katselemisasennosta”, johon se

on tottunut – yksilö pakotetaan pois omalta mukavuusalueeltaan. Hyvän idea ei siis yleensä paljastu iän myötä, ikään kuin ”oppia ikä kaikki”-tyylisesti – itsestään. Eikä se myöskään tapahdu korkeakoulussa opintopisteitä suorittamalla. (Varto 1993, 50–51; *Valtio, VII Kirja*.)

*Valtiossa (II Kirja)* esitellään Platonin vartija ja -filosofiluokille kaavailemaa peruskoulutusta, johon liikunta kuuluu olennaisena osana – musiikin, kirjallisuuden ja taiteen ohella. Peruskoulutus alkaa mytologialla, koska myyttien sanotaan muovaavan sielua tehokkaammin kuin kuvanveistäjä patsasta (*Valtio* 377c). Mutta Platonille on tärkeää, että kasvatuksessa käytettävät myytit valitaan huolella: jumalallinen on kuvattava Hyvän idean mukaisesti kykenemättömänä vääryyteen, jolloin jumalalliset olennot toimivat aina spontaanisti ja luonnostaan oikeudenmukaisesti (*Valtio* 380a–b; ks. myös Skinnari 2000, 86–103). Meditaatio-opettaja Eckhart Tollen (2005, 158–159) mukaan henkiset harjoitukset, joita tehdään fyysisen kehon kautta - kuten jooga, taiji ja qigong – voivat keventää ihmisen traumaattista ja ”draamallista” taakkaa, koska niissä ei alkujaankaan erotella kehoa ja henkeä.

Kaikilla sieluilla on platonisesti ajatellen sama tavoite; mutta miksi joillakin on ns. ”korkeampi moraal” kuin toisilla? Ihminen voi sanoa seuraavansa esimerkiksi Raamatun kymmentä käskyä, mutta hänen käytöksensä ei kuitenkaan aina ole ”sanojen mittaista”. Moraalisäännöt annetaan yhteiskunnassamme yleensä ylhäältä päin ja niitä valvotaan kasvatuksessa kiristämällä, uhkailemalla ja lahjomalla. Tällä tavalla mahdollisesti ”sisäistetty” ulkokultainen moraalinen ”oppineisuus” ei omaa paljoakaan yhteistä platonisen tiedon eli *epistemen* kanssa. Platoninen eettinen *episteme* on koko ihmisolemuksen kyvykkyyttä, joka tulee käytöksessä esiin ”luonnostaan” - spontaanisti. (Gould 1972, 52-54.)

Platonin (*Valtio* 411e-412a; 441e-442a) mukaan näyttää siltä, että musiikki ja voimistelu ovat olemassa ensisijaisesti hyvien pyrkimysten ja *logos*-järjen herättämistä varten, jotta yksilössä syntyisi sopivassa määrin kehon ja mielen aktiivisuutta ja rentoutta. Järkevä ja älykäs musiikin sekä voimistelun opettaminen kaikille ihmisille olisi siis jopa ensiarvoisen tärkeää. Mutta musiikin opettamisen pitää tapahtua viisaasti, jotta toteutuu Platonin sanat: ”Musiikki on kasvattajista paras. Rytmi ja harmonia löytävät tiensä sielun salaisimpiin sopukoihin.” Meditatiivisista harjoituksista ja tietyn

temmon omaavasta klassisesta musiikista löytyy merkittävä yhteys eli mittauksilla on todettu, että esimerkiksi barokkimusiikki voi saada ihmisaivoissa aikaan lyhyessä ajassa saman tilan, kuin on saavutettavissa pitkällä meditaatioharjoituksilla (ks. esim. Dryden & Vos 1996). Aivokäyrätutkimusten mukaan kaikki vauvat ovat musikaalisia (Aukia 2008, 65); mutta tosiasia kuitenkin on, että usein koulussa musikaalisuus kirjaimellisesti tapetaan lapsista. Kuten *Valtiossa* (378b; 380bc; 381e; 401e) todetaan, on osa kasvatuksesta ulotettava koskemaan kaikkia yhteiskunnan jäseniä. Tämä, jos mikä vaikuttaa mielestäni sellaiselta osalta – MUTTA se on siis tehtävä viisaasti.

Nyt herää ehkä kysymys, joka on käsittelemisen arvoinen: Jos etiikka siis on tieteellistä, realismia ja naturalismia, niin luulisi löytyvän enemmän yhtäläisyyttä eettisten näkemysten suhteen? Onhan esimerkiksi fysiikassa ja lääketieteessäkin yleisesti hyväksyttyjä totuuksia. Mutta erona luonnontieteisiin on, että etiikassa käsittelemme psykopoliittisia ongelmia, jotka ovat moninkerroin monimutkaisempia kuin fysiikan ja lääketieteen ongelmat. Ja silti tosiasia on, että myös fysiikan ja lääketieteen parissa on yhä ratkaisemattomia ongelmia ja eri koulukuntia – ja niissäkin tämän päivän ”tieto” saattaa olla jo huomenna vanhentunutta. Psykopoliittisuutensa vuoksi etiikka on paljon haavoittuvaisempaa myös ihmisten oman edun tavoittelun ja ideologioiden takia. (Reeve 1988, 265–266.) Ja Platonin luolavertauksen (*Valtio, Kirja VII*) - ja Wilberin (2000a) *tietoisuuden tasot*-teorian - mukaisesti eri tasoilla olevat ihmiset näkevät maailman niin eri valossa, että on vain naturalistista ja realistista – luonnollista ja todellisuuden mukaista - että etiikan ongelmat eivät tule vielä pitkään aikaan ihmisten keskuudessa päätyämään konsensukseen (ks. Reeve 1988).

#### 4 ”JAETTU JANA” eli Tietoisuuden tasoista

*”Lapset, vaan ei viisaat puhuvat tietämisestä ja toiminnasta, ikäänkuin ne olisivat kaksi eri asiaa; mutta kokeneet eivät niin tee. Joka saavuttaa jommankumman näistä, se saapi kumpaisenkin hedelmät.*

*Se päämäärä, johon tieto pyrkii, saavutetaan myöskin harjoittelun kautta. Se, joka huomaa että toimiminen ja tunteminen perustukseltaan ovat samat, sillä on selvä maailmankatsomus.”* (Bhagavad Gita VI. 4 - 5.)

*Valtion Viides, Kuudes ja Seitsemäs Kirja* sisältävät Platonin kiinnostavimman teorian ytimen ihmisten, tai laajemmin ihmiskunnan, tietoisuuden kehittymisestä ja potentiaalista. Tämän ymmärtämiseksi on pidettävä mielessä, että Platon on kuuluisasta luolavertauksestaan lähtien yhä uudelleen korostanut, että tiedon tasot muistuttavat *näkemistä*, jossa on eri terävyysasteita - ja joka on suuntautunut eri tahoille tai tasoille eri vaiheissaan (ks. erityisesti *Valtio* 518c). Mahdolliset yhteiskunnalliset sovellutukset *Valtiolle* eivät mielestäni vedä vertoja sen kasvatustieteelliselle ja -psykologiselle annille. (ks. Findlay 1974, 413–454; Gould 1972, 143.)

Yhteenvetona, Platonin mukaan Hyvän idea on täten samankaltaisessa suhteessa *ideamaailmaan*, kuin tuo tähti, jota kutsumme auringoksi, meidän maapalloomme. Aurinko ei, siis, ole varsinaisesti vertaus, vaan pikemminkin *symboli* – joka symboloi, jotain josta ei oikeastaan voi kohteelleen oikeutta tehden käsitteellistää. Samoin Jaetun janan kutsuminen vertaukseksi on harhaanjohtavaa. Mitään ei verrata Jaettuun janaan, vaan jana-selitys on puhtaasti *diagrammi* eli havainnollistava ”kuvio” – tosin verbaalisessa muodossa - joka näyttää kahden tai useamman suureen välisen yhteyden. Ja sen on tarkoitus havainnollistaa nimenomaan tiedon, tai tietoisuuden, tasoja – ja eri tasojen suhdetta toisiinsa. Luolavertaus taas on *metafora* eli vertauskuvallinen tarina samasta aiheesta. (Gould 1972, 167-172; ks. Reeve 1988; *Valtio, Kirjat VI-VII.*)

Kaiken kaikkiaan, Platonin *Valtio* on erinomainen kasvatustieteellinen tutkimuskohde, sillä ylimalkainenkin teoksen lukeminen tuo esille, että Platonille tärkeimmät poliittiset linjanvedot ovat kasvatukseen liittyviä – ja aivan erityisesti hän painottaa musiikin ja

kehon kulttuurin tärkeyttä. (Reeve 1988, 221; *Valtio* 423d–424c). Myöhempi *Lait* jatkoi monilta osin kasvatuksen tärkeyden liputtamista; Platonin (*Lait* 763a) mukaan kasvatuksen tulee sulkea piiriinsä molemmat sukupuolet ja kaikki yhteiskuntaluokat. *Lakien Seitsemäs Kirja* on omistettu kokonaan kasvatusta koskeville kohdille. Lapset on jo aivan pienenä aktivoitava oikealla tavalla, sekä ruumillisesti että sielullisesti – esimerkiksi ruumiinharjoitukset on hyvä yhdistää leikkeihin ja hengellisiin rituaaleihin. Eli jo Platon loi pohjaa 1600-luvulla eläneen Comeniukselle, jota yleensä pidetään ”kaikkien koulun” kasvatusfilosofisena isänä (ks. esim. Rinne, Kivirauma & Lehtinen 2002, 134–138).

*”Jos tämä pitää paikkansa, meidän on siis todettava, että kasvatusta ei ole sellaista kuin jotkut alan opettajiksi tarjoutuvat henkilöt väittävät. He selittävät panevansa tiedon sieluun, jossa sitä ei ennestään ole, aivan kuin pansiviat sokeisiin silmiin näön. (Valtio 518b-c.)... Kasvatusta on siis taito, jolla tuo oppimisen väline saadaan helpoimmin ja tehokkaimmin kääntymään toiseen suuntaan. Kysymys ei ole siitä, että sille annettaisiin näkökyky. Tämähän sillä jo on, mutta koska se on itse kääntynyt väärään suuntaan, se ei katso sinne minne sen pitäisi. Ja tämä saadaan korjatuksi tuon taidon avulla. (Valtio 518d.)”*

Niin, katse on siis suunnattava sisäänpäin, kohti varsinaista itseä; ja tässä erilaiset tietoisuustadiot ja meditatiiviset harjoitukset voivat toimia itsetuntemukseen lisävalaistusta tuovana apuna.

#### 4.1 Tietoisuuden eri aspekteja

*”Kaikki vaikuttaa kaikkeen.”*

- vanha kiinalainen sananlasku -

Psykye (kreikaksi *psykhe*) on muuttanut merkitystään historian saatossa usein - ja merkittävällä tavalla. Sen takia ei ole lainkaan itsestään selvää, että mitä kaikkea psykologiassa olisi hyvä tutkia, jos halutaan laajentaa näköaloja psykkeeseen - ja samalla ihmisyyteen.

Vanhimmat kreikkalaiset kirjoitukset psykkeestä ovat ns. homeeriselta ajalta. ”Homeerinen” psykye tarkoittaa hengitystä, (elämän) henkeä ja (universaalia) elinvoimaa (vrt. Intian *prana*; Kiinan *chi*; Japanin *ki*; – joilta puuttuu yleisessä käytössä olevat vastineet nyky-länsimailmasta; tosin kreikasta löytyy modernimpana vastineena sana *pneuma*). Homeroksen mukaan se on *”jotain ilmavaa ja aaveen kaltaista”*. Tässä merkityksessä psykye ei ole suoranaisesti riippuvainen kehosta, ajattelevasta mielestä tai tunne-elämästä. Mutta Homeerisen runouden mukaan se jonain päivänä jättää kehon. Homerokselle psykye ja keho yhdessä muodostavat ihmisen – yksinään kumpikaan ei ole ihminen. (Zakopoulos 1975, 15–16.) (Jo Homeerinen tapa oli jakaa ihminen kolmeen osaan; eli psykkeen ja kehon lisäksi käytettiin käsitettä *thymos*. *Thymoksen* merkityksestä ei ole yksimielisyyttä tutkijoidenkaan kesken; mutta Zakopouloksen (1975, 16-17) mukaan se olisi järkevintä ymmärtää aistinelinten yhteisnimityksenä.)

Pythagoralaiset olivat kuvittelivat - tai *näkivät* - sielun olevan jotakin syvästi persoonallista ja enemmän kuin pelkkä elämänhenki (Thesleff 1989, 104–105). Platonin aikaan *psykye* yleensä tarkoitti ”sielua” - joka on jo jotain yksilöllisempää, kuin elämänvoima. Ennen Platonia psykkettä ei siis käsitelty erillisenä yksikkönä tai omana aihealueenaan, vaan se tuli esille vain osana *Kosmosta* - tai myyttisessä ja hyvin epämääräisessä hahmossa. Platon otti vaikutteita edeltäjiltään (kuten me kaikki), mutta hän tutki sielua dialogeissaan useammalta eri kantilta ja useammassa eri yhteydessä, kuin kukaan häntä aikaisemmin. Sielun yleisluontoinen määritelmä on laaja: sielu on luonteeltaan liikkeessä oleva ja sen perusolemus on itseriittoisuus. Sen lisäksi sielu on kaiken siihen liittyvän pinnallisemman (mieli, keho, tunteet) mahdollistaja. Sielu on

samalla materialisoituneen ihmisen elämänlähde ja elämän syy – joten pohjimmiltaan, sielu ja elämä ovat yhtä. Voisi myös sanoa Platonia mukaillen, että sielu on ihmisen *idea*. (Zakopoulos 1975, 47.)

Modernin ihmisen rationaalisuus on hyvin suureen refleksiivisyyteen ja introspektiivisyyteen kykenevää, josta esimerkkinä psykologinen tutkimus eri muodoissaan. Sanaa ”psykologia” käytti ensimmäisenä Freigius vasta vuonna 1575. Mutta jo saman vuosisadan lopussa oli tavallista, että antropologia eli ihmisluonteen tutkimus koostui psykologiasta eli mielen ja/tai sielun tutkimuksesta sekä somatologiasta eli ruumiin rakenteen tutkimuksesta. Ja sitten 1800-luvulla psykologia kehittyi omaksi tieteen haarakseen, erillisine koulukuntineen. Tämä kaikki oli luultavasti mahdollista vasta ns. järjen aikakaudella, joka alkoi renessanssiaikana; vaikka oli toki yksilöitä, jotka ymmärsivät psyykettä hyvinkin syvällisesti jo pari tuhatta vuotta aiemminkin (esim. Aristokles alias Platon lännessä ja Siddharta Gautama alias Buddha idässä). (Wilber 2000a, 388.)

Esisokraatikko Herakleitos määritteli aikoinaan - ja ilmeisesti ensimmäisenä - kirjallisesti *logoksen*. Se on ymmärretty esisokraattisena aikana eräänlaisena Maailmansieluna, joka on kuin ”*ikuinen tuli*” - josta kaikki alkaa ja johon kaikki päättyy. Tämän ”olion” alun ja lopun välissä on monelaisia universaalista luovuuden lähteestä kumpuavia transformaatioita läpi lukuisten koitosten ja taisteluiden. Herakleitos ymmärsi *logoksen* järkevänä entiteettinä, josta nousee viisaus ja äly. *Logos* on samalla eräänlainen jumalallinen laki, joka mm. ruokkii ihmisten oikeudentajua, ja joka kautta ajan kehittyy pikkuhiljaa asteittain. (Zakopoulos 1975, 23.) Usein *logos* se käännetään järjeksi; mutta jos sitä erehdytään sen perusteella luulemaan tavalliseksi ”maalaisjärjeksi”, niin ollaan ehkä hakoteillä, jopa täysin ”pihalla”.

Anaxagoras (n. 500–428 eaa.) esitteli toisen merkittävän käsitteen eli mieli (*nous*) – jota on myös ”sielun silmäksi” kutsuttu. Mieli *psykkeeseen* ja *logokseen* verrattuna jotain karkeampaa – jotain aistillista, jopa materiaalista. Intialaisessa joogafilosofiassa on samankaltainen käsitys eli mieli ja keho eroavat toisistaan vain siten, että mieli on hienojakoisempaa ”luontoa” kuin keho. (Toisaalta hän kuvaili sitä myös hyvin toisella tavalla: se on ikuinen ja itseriittäinen; se ei ole sekoittunut mihinkään; sillä on kaikki tieto ja se on suurin voima; ja se hallitsee kaikkea – koska *nous*- ja *logos*- termejä



käytetään antiikin filosofiassa monasti myös synonyymeina. (Zakopoulos 1975, 33; Findlay 1974, 10.) Mutta tässä työssä ”mieli” on ehdottomasti merkitykseltään lähempänä tuota alkuperäistä aistillista. Se on ihmisen persoona-kolikon toinen puoli – eli osa ihmisen mieli/keho-konstruktion ”elossapysymis-aparaattia”.

Voisi ehkä sanoa, että mieli on ”sielun silmä” siinä mielessä, että sielu katselee tätä maailmaa mieli/kehon kautta. Ja mitä hiljaisempi mieli, sitä selkeämmin sielu voi nähdä. Esimerkiksi kaikki tieteelliset ja taiteelliset innovaatiot – tai luovuus yleensäkin – nousevat jostain ajattelevaa mieltä syvemmältä eli *logos*-älystä. Ja yleensä tämä pääsee tapahtumaan nimenomaan silloin, kun mieli on hiljaa.

Platon alusta asti, Sokrateen tapaan, piti sielun tärkeimpänä ominaisuutena tai aspektina *logos*-järkeä. Tästä seuraa, että harmonisesti kehittyneen ihmisen elämää ohjaa *logos*-järki. Ajatus yksilöstä mikrokosmoksena makrokosmoksessa oli Platonin mielessä jo varhain, ja *Kosmoksen* sekä ihmisen välinen vastaavuus on monin tavoin merkityksellinen hänen filosofiassaan. Ainoastaan *logos*-järjen tasolla voitiin ajatella – tai *nähdä* – päästävän ylemmän tason todelliseen, ideaaliseen tietoon. (Thesleff 1989, 104–105; ks. myös Pitkänen 1994.)

Intiassa antiikin aikaan syntyneestä joogafilosofiasta löytyy vastaavanlainen jako mieleen ja älyyn eli *manas* (*mind*) ja *buddhi* (*intellect*). Ja joogafilosofian mukaan näiden välissä on minätunne eli ego (sanskriitiksi *ahamkara*, joka käännettynä suoraan englannin kielelle on *I-maker*, mutta se yleensä käännetään ongelmallisella sanalla *ego* – josta myöhemmin lisää asiaa). (ks. esim. Maehle 2006, 142–143.) Ja se kumpaan minätunne samaistuu ratkaisee sen, tuotammeko tähän maailmaan jotain uutta – kaunista, totta ja hyvää – vai toistammeko samoja virheitä aina uudestaan ja uudestaan, niin kuin mieli konsanaan toistaa aina niitä samoja monologeja ja dialogeja.

Gregor Maehle (2006, 162) kuvaa hyvin *manas*-mielen ja *buddhi*-älyn eroa: ”*Mieli menee ajatuksesta ajatukseen kuin hullu apina, joka juotuaan pullon viskiä ja jouduttuaan skorpionin pitämäksi hyppii oksalta oksalle. Äly menee suoraan probleemin ytimeen, kuten kivi joka vajoaa suoraan pohjaan, kun se on heitetty veteen.*” Luova äly siis manifestoituu intuition kautta, vailla käsitteellistä ajattelua.

Sokrates puolestaan alkoi puhumaan inhimillisestä yksilösielusta; joka on ihmisen aito ja syvin *Itse (the True Self)*. Sielu ottaa osaa jumalalliseen enemmän kuin mikään muu osa ihmistä ja se viime kädessä hallinnoi ihmistä ja luo pohjan koko olemiselle, vaikka onkin näkymätön. (Zakopuolos 1975, 37.) Tähän yksilösieluun, joka on ihmisen syvin *Itse*, viitataan tässä työssä usein sanalla transendenttinen *ego*, joka on eräänlainen tarkkailija, joka voi muuttumattomana todistaa kaikkia tapahtumia empiirisessä *egossa* – jonka piiriin puolestaan kuuluvat keho ja mieli, jotka muuttuvat alati. Eli ihmisellä voi nähdä olevan kaksi minää (*ego*): on ylempi minä eli transendenttinen *ego* eli sielu; ja on alempi minä eli empiirinen *ego* eli keho/mieli-konstruktio. Empiirinen *ego* on alempi, koska se on alistainen transendenttiselle *egolle* siitä yksinkertaisesta syystä, että empiirinen *ego* on katoavainen, kun taas transendenttinen *ego* ei ole. Lisäksi mentaalisisä rakenteessamme on persoonallinen *ego*; eli valheellinen minätunne, joka kokee itsensä erillisenä muusta maailmasta – ja on sen takia usein kaiken aikaa suojelun ja/tai pönkityksen kohde. (ks. esim. Tolle 2007.)

On siis, tuo havaintojen kohteena oleva *minä* JA havaintoja tekevä *minä*. (ks. esim. de Mello 2009, Tolle 2006) Eli Augustinusta (354–430 jaa.) (2003; alunp. 398) mukaillen, meillä on syvimmissä epäilyksessämme tietoisuus epäilyksestä itsestään – ja tuo perustietoisuus on se havaintoja tekevä *Minä* tai *Itse*. Tällaisessa läsnäolon välittömyydessä ei ole subjekti-objekti -jakoa, ei dualismia. Silloin *Minä* ei tarkkaile läsnäoloa, vaan minä vain ON. Muuten se ei enää ole välitöntä läsnäoloa, jossa havaintojen kohteena oleva minä on unohtunut ja ajatteleva mieli on hiljaa (ks. Csikszentmihalyi 1992). Tämä on ihmisen oma *a priori*-todistus omasta syvimmästä olemuksestaan, jonka voi saavuttaa vain oman tiedostavan tajunnan kautta empiiris-fenomenologisesti. Ja tätä oivallusta kohti voi lähteä työstämään itseään tarkkailemalla havaintojen kohteena olevaa minää, vaikka läsnäolo ei olisikaan heti täysin välitönä eli havaintojen kohteena olevan minän unohtavaa. Täten, tätä ihmisen syvintä ”henkeä” ei ole oikeastaan vaikea löytää, vaan pikemminkin mahdoton välttää.

Modernin fysiikan mukaan kaiken taustalla on jotain katoamatonta (ks. esim. Greene 2005). Samoin ihminen on osa tätä samaa kaikkeutta. Mutta ihminen voi tulla tästä syvimmästä katoamattomasta olevaisuudestaan tietoiseksi – suoraan - transendenssin kautta. Ja päätyä näin samanlaiseen maailmankuvaan kuin modernit fyysikot - mutta ilman ulkoiseen maailmaan kohdistuvia empiirisiä kokeita (ks. esim. Capra 1983).

Kuinka paljon samaistuu tarkkailijaan (transendenttinen *ego*); ja kuinka paljon taas kehoon, mieleen, ajatuksiin, tunteisiin ja rooleihin vaikuttaa olennaisella tavalla ensinnäkin siihen, millä vauhdilla nousemme tietoisuuden tasoilla? Ja viime kädessä se samaistumisen aste määrittelee meidän kulloisenkin tajunnan tilan. (ks. esim. Tolle 2007).

Ja se tie ihmisyyden syvempään ymmärtämiseen on tietoinen läsnäolo ja tajunnallinen samaistuminen tuohon ”tarkkailijaan”, joka voi olla tietoinen kaikesta mikä on ”sielun silmämme” näköpiirissä – toki aina alitajuntaan jää asioita, ja kehossamme tapahtuu automaattisesti lukuisia prosesseja kaiken aikaa, joista emme ole tietoisesti tajuisia (ks. esim. Coulter 2007; Lakoff & Johnson 1999). Tietoisuus on eräänlainen peili; se on vain kiillotettava ja käännettävä tiettyyn suuntaan, jos halutaan todellista tietoa havainnointikohteista – ovat ne sitten sisällämme tai ulkopuolellamme. Plotinos on sanonut tähän sopivasti, että ”*mielestä tulee sen kaltainen, mikä on sen kontemplaation kohde*”. Me emme yleensä ole tietoisia sisällämme olevasta Hengestä - tai kehossamme olevasta jatkuvasta elämästä - koska äänekäs mieli on tehnyt sisäisestä peilistämme sumuisen. Me olemme huolissamme maallisista asioista ja empiirisestä *egostamme* siinä määrin, että tapahtuu eräänlainen unohdus (*anamnesis*) - ja tarkkanäköisyys katoaa. (Hadot 1993, 30.)

Kontemplaatiossa ja meditaatiossa minuus keskittyy siihen sisältöön, joka sillä on aina syntymästä asti mukana, mutta josta se yleensä vain hetkittäin välillisesti tietoinen esimerkiksi kauneuden näkemisen, rakkauden tai vilpittömän ilon ja innostuksen tuntemisen, inspiraation kokemisen - tai alimmalla sekä konkreettisimmalla tasolla aistinautintojen – kautta. Meditatiivisiin harjoituksiin liitetään usein kurinalaisia tekniikoita, joiden yksi tarkoitus on estää ihmisolemuksen hajoaminen - mahdollisesti liian äkillisten, liian radikaalien kokemusten myötä. Sokrateen esimerkiksi *Faidroksessa* kuvaama *autuuden tila* kuoleman jälkeen on saavutettavissa kontemplaatiossa – näin todistavat lukuisten meditatiivisten traditioiden mestarit (esim. 300-luvulla jaa. elänyt, joogafilosofian perustajana pidetty, intialainen Patanjali, ks. esim. Broo 2010). Tällöin sielu on ”omiensa luona” - vailla pyrkimyksiä - täydellisessä tilassa. (Varto 1993, 92–94.) Thesleffin ja Knuuttilan (1999, 375) mukaan Sokrateen vaipuminen mietiskelyyn on piirre, joka korostaa hänen yhteyttään ”tuonpuoleiseen”(ks. esim. *Pidot 175a-c*).

## 4.2 EGO?

*”Jos akvaariossasi syntyy kala, ja annat sille nimen John, kirjoitat syntymätodistuksen ja kerrot sille sen perhehistorian, ja parin minuutin kuluttua toinen kala syö Johnin, se on traagista. Mutta se on traagista vain koska loit erillisen itsen, vaikka sellaista ei ollutkaan. Takerruit dynaamiseen prosessiin, molekyylien tanssin pieneen murto-osaan ja kehittelit siitä erillisen, itsenäisen kokonaisuuden.*

*Tietoisuus omaksuu muotojen valepuvun, kunnes noista muodoista tulee niin monimutkaisia, että tietoisuus kadottaa itsensä niihin tyystin. Nykyihmisessä tietoisuus on täydellisesti samaistunut valepukuunsa.” (Tolle 2006.)*

Vielä ennen eri tietoisuuden tasojen kuvaamista haluan käsitellä *egoa*, joka sanana ymmärretään monella eri tavalla. Lapsen kehitys tapahtuu roolien kautta kohti *egoa* eli yksilöllistä minää. *Ego*- sanalla tässä ei nyt viitata narsismin kaltaiseen egosentrisyyteen eli itsekeskeisyyteen. Päinvastoin; tietoisuuden tasojen kehityksen yksi indikaattori ihmisessä on nimenomaan kohti vähäisempää ja vähäisempää itse-, heimo- ja etnokeskeisyyttä, mutta ensin jokainen – toivottavasti - kasvaa terveeksi aikuiseksi, yksilölliseksi minäksi eli *egoksi*. Ja vasta sen jälkeen voi alkaa henkinen kehitys kohti tietoisuuden tasoja, joita suurin osa ihmisistä ei yleensä saavuta - jolloin egosentrisyys eli minäkeskeisyys vähenee. Tällöin opitaan irtautumaan asteittain omasta persoonallisesta *egosta* - olemaan takertumatta omaan empiiriseen *egoon*. Toisin sanoen, lakatan samaistumasta totaalisesti omaan mieli/keho -konstruktion; jolloin - suoraan sanottuna - yksilö voi jonain päivänä kuolla rauhallisin mielin. Tämä tarkoittaa sitä, että opitaan ajattelemaan elämää laajemmassa mittakaavassa; maailmakeskeisesti, monikulttuurisesti ja ekologisesti. Jotta tämän voi ymmärtää on käsiteltävä ensin hetki eri tapoja ymmärtää *ego*. (Wilber 2000a, 135.)

Erityisesti mystiikan, transpersoonallisen psykologian ja *New Age*-liikkeiden parissa sana *ego* on aiheuttanut suurta sekaannusta ja hämmennystä – koska pähkinänkuoressa ilmaistuna, *egosta* on tullut eräänlainen kirosana. *Ego* ja rationaalisuus kuuluvat usein näiden em. henkisen kehityksen liikkeiden ”kauhukabinettiin”. (Wilber 2000a, 235–236.) *Egon*, niin kuin minkä tahansa sanan, voi tietysti määritellä monella tavalla; mutta olennaista on, että pyritään määrittelemään tärkeät, ja jossain määrin abstraktit, käsitteet

jollain tavalla, joka tekee käsitteestä merkityksellisen – jotta meillä ei olisi vain iso määrä hienoja sanoja, vailla sisältöä. Eli käsitteenmäärittelyn täytyy tapahtua mielellään mahdollisimman tarkasti silloin kuin se on mahdollista - ja pyrkien pitämään siitä johdonmukaisesti kiinni läpi työn.

Henkistä kehitystä käsittelevässä kirjallisuudessa *ego* usein jää irralliseksi ”möröksi”, jolla ei ole mitään hyvää roolia henkisessä kehityksessä. Tällöin jää huomaamatta, että vauvana olemme *esi-ego* -vaiheessa; ja käyttäytymisemme on monasti täysin vailla toisten huomiointia. Siitä sitten pikkuhiljaa alkaa vaiheittainen kehitys toisetkin huomioon ottavaksi minäksi eli *egoksi* – ja tämä nimenomaan on sitä *henkistä kehitystä* lapsuudessa ja nuoruudessa. Sitten *trans-ego* eli persoonallisen *egon* ylittävä minä voidaan saavuttaa vasta terveen minän eli *egon* kehityksen jälkeen. Eli ensin kasvetaan persoonaksi eli kehitetään identiteetti, ja sitten jätetään persoona eli naamio. Henkisen kehityksen oppaissa usein sekoitetaan *esi-* ja *trans-ego* -vaiheet, jolloin saatetaan päätyä suosittelemaan regressiota aiheuttavia toimenpiteitä henkisen kehityksen nimissä - ja tämä, totta kai, saa hälytyskellot soimaan rationaalisilla tutkijoilla, ja ihan syystäkin. (Wilber 2000a, 235–236.)

Wilber (2000a, 210–213) on nostanut oivaltavasti esille ns. *pre/trans* -harhan, joka on erittäin hyödyllinen käsite tarkasteltaessa hengellis-henkisiä kokemuksia tietoisuuden tasojen jatkumon avulla. Tällä harhalla tarkoitetaan, että prerationaalinen eli *pre-ego* vaiheet sekoitetaan helposti transrationaalisen eli *trans-egon* vaiheiden kanssa. Varhaisiin kehitysvaiheisiin kuuluvat maagis-myyttiset kokemukset tulkitaan usein esimerkiksi uskonnollisissa - ja erilaisissa New Age - piireissä transrationaalisiksi eli niitä, sanalla sanoen, yliarvostetaan. (Wilber 2000a, 210–213.)

Ja toisinpäin; transrationaaliset aidot transendentitiset kokemukset - eli yksilöllisen tavallisen rationaalisen tietoisuuden ylittävät kokemukset - redusoidaan prerationaalisiksi; kun ne kuitataan yksisilmäisesti irrationaalisina, esimerkiksi tiedemaailman tai valtauskontojen piireissä. Irrationaalisia ne toki ovatkin, koska niitä ei voi välttämättä selittää rationaalisella mielellä ja kielellä; mutta prerationaalinen ja transrationaalinen ovat irrationaalisuudessaan hyvin erilaatuisia. Harjaantumattomalle tarkkailijalle ne näyttäytyvät helposti samankaltaisina – jolloin tarkkailijana on siis rationaalisen tason mieli, jolla ei ole välttämättä omaa kokemusta transrationaalisesta.

(Wilber 2000a, 210–213.)

Tai vaihtoehtoisesti ko. yksilöllä saattaa olla omiakin kokemuksia, mutta kulttuurinen ehdollistuminen, tai yksinkertaisesti teoreettisen metafysis-filosofisen tiedon puute, on saanut yksilön tulkitsemaan omat kokemuksensa väärin. Kirjaimellisesti lapsenmieliset, maagis-myyttiset näyt ja kuvalliset visiot – joita siis transrationaaliin kokemuksiin usein sekoitetaan - ilmentävät kuitenkin vain psyykkeestä nousevia haluja, toiveita ja pyrkimyksiä. Transrationalisissa tajunnatiloissa taas kokemus ylittää ”normaalit” tietoisuuden tasot ja yhtyy sielulliseen. (Wilber 2000a, 210–213.)

Näin olen, pre/trans-harha voi siis tuottaa kahdenlaisia erehdyksiä – *reduktionistisia* ja *elevationistisia*. Kun rationaalinen mieli tulkitsee transpersoonallisen ilmiön esipersoonallisena kyseessä on reduktionistinen harha. Ja silloin kun ihminen tulkitsee esipersoonallisen transpersoonallisena, kyseessä on puolestaan elevationistinen harha. Esimerkiksi Freud tulkitessaan kaikki hengelliset ja transpersoonalliset ilmiöt esipersoonallisiksi *id*-impulsseiksi syylistyi reduktionistiseen harhaan. Jung puolestaan ei tehnyt selväksi alemman ja ylemmän kollektiivisen piilotajunnan rajoja ja, sen takia, tulkinnoissaan ylensi joitakin infantiileja ja myyttisiä tietoisuudenmalleja ylemmille - tehden näin elevationistisen erheen. Pähkinänkuoressaan, kaikkea ei-järjellistä eli irrationaalista pidetään usein joko henkisenä ja autuaana - sanalla sanoen hyvänä; tai vaihtoehtoisesti, sitä pidetään paluuna ”pimeään keskiaikaan” - eli pahana. Sekä valtauskontoja että tiedettä vaivaa se, että ei osata erottaa eksoteerista esijärjellistä hengellisyyttä jälkijärjellisestä esoteerisesta hengellisyydestä. (Wilber 2000a, 210–213; ks. Freud 1994; Jung 1985.)

Mutta palatkaamme itse *egon* käsittelyyn... Pelo(i)lla tuntuu olevan useita eri lähteitä; menetyksen pelko, epäonnistumisen pelko, kivun pelko jne; mutta henkisen opettajan Tollen (2007, 32) mukaan kaikki pelko on pohjimmiltaan samasta syystä johtuvaa eli pelko on aina persoonallisen *egon* ”kuoleman” pelko. Persoonalliselle *egolle* kaikki vastoinköymiset ovat aina pieniä kuolemia, koska ne mahdollisesti heikentävät persoonallista *egoa* – tai ko. *egon* (usein kuviteltua) asemaa. (emt.; ks. myös Tolle 2005, Tolle 2006.)

Länsimaalaisen psykologian parissa puolestaan, psykodynaamisesti suuntautuneet

kirjoittajat tarkoittavat *egolla* yleensä psyykkeen organisoijaa - tai sen organisoinnin prosessia. *Egon* ajatellaan kytkevän alitajuisen, *superegon* sekä todellisuuden, usein ristiriitaiset, vaatimukset toisiinsa. Tässä merkityksessään *ego* luo yhtenäisyyttä ja jatkuvuutta mielessä ja se nähdään nimenomaan oman itsen perustavana tekijänä - tai jopa synonyyminä sanalle itse/minä (mitä se, itse asiassa, alkujaan onkin – latinan kielessä *ego* = minä). Yksinkertaisesti ilmaistuna *ego* tarkoittaa ”tietoista minää”. Tältä pohjalta, *egon* transsendentointi eli *egon* tuolle puolen tai sen ylittäminen kuulostaa pelottavalta ja jopa sairaalta - tai vain yksinkertaisesti täysin mahdottomalta. Näin ollen psykodynaamisesti suuntautuneet teoreetikot saattavat olla kauhuissaan käsitteestä *trans-ego* – ja täysin ymmärrettävästi niin, siis, omasta viitekehyksestään katsottuna. Mutta sen takia on mielestäni äärimmäisen tärkeää tuoda – tai luoda – vaihtoehtoinen, kahden tason malli, ”tietoiseen minuuteen”. (Wilber 2000, 236; Freud 1994; Berger 1992.)

Alkujaan *ego* on tosiaankin latinan kielellä tarkoittanut kaikessa yksinkertaisuudessaan samaa kuin ”minä”. *Ego* sana tuli länsimaiseen psykologiaan Freudin (ks. esim. 1994) tekstien käännösten kautta, mutta Freud itse käytti saksalaista sanaa *das Ich* (minä), joka sitten valitettavasti käännettiin *egoksi*. Freud yritti ”minä”-käsitteellä kuvata ihmisessä olevaa minä-tuntemusta. Mutta hän huomasi, että joskus tuo minä-tuntemus sisältää yksilölle itselleen vieraan oloisia erillisiä tuntemuksia – tätä hän alkoi puolestaan kutsua sanalla ”se” (*id*). Hän tuli siihen tulokseen, että kun osia minästä mentaalisesti pirstaloituu tai vaihtoehtoisesti tukahdutetaan, niin ne ilmaantuvat erilaisina oireina, joita meidän on vaikea hallita. Freudin päätavoitteena terapeutisessa työskentelyssä oli uudellen yhdistää ”minä” ja ”se” sekä parantaa niiden välinen railo. Tämä kuvaa yhä hyvin länsimaalaista psykoterapiaa – oli se sitten nimellisesti freudilaista tai ei. (Wilber 2000a, 236–237; Freud 1994.)

Mielen filosofian parissa on yleisluonteinen jako *empiiriseen* eli kokemuseräiseen *egoon* - ja *transendenttiseen* eli puhtaaseen *egoon*. Empiirinen eli koettu, alati muuttuva *ego* voi olla oman tietoisien tarkkailun eli introspektion kohde. Tässä mielessä, siis, *ego* voi olla objekti, joka on ihmisyksilön itsensäkin näkökulmasta osa muuttuvaa, ikään kuin, ”ulkoista” maailmaa. Empiirinen *ego* on välttämätön tosiasia, eli sitä ilman emme voi toimia tässä maailmassa. Mutta todelliset ongelmat ilmenevät, kun tämän maallisen maailman eloonjäämiskamppailut ja sosiaaliset valtataistelut saa meidät samaistumaan

persoonalliseen minätunteeseen, joka pitää itseään erillisenä muusta maailmasta. Tämä persoonallinen *ego* – josta on käytetty englannin kielellä osuvaa termiä ”*phantom ego*” – on se *ego*, jota ns. henkisissä piireissä monasti kavahdetaan kaiken pahan alkuna ja juurena. (Wilber 2000a, 235–237.)

Eli persoonallinen minätunne voi tarkkailla omaa keho/mieltä. Mutta myös tämä persoonallinen *ego*, voidaan ottaa sisäisen tarkkailun kohteeksi. Ja tätä tarkkailijaa voisi kutsua transedenttiseksi *egoksi* eli varsinaiseksi itseksi.

Transedenttinen *ego* puolestaan edustaa puhdasta subjektiivisuutta – se on vain ja ainoastaan jotain sisäistä – jota ei voida koskaan nähdä minkään sortin *objektina*. Sitä onkin sanottu myös *absoluttiseksi subjektiksi*. Eli tässä prosessissa subjektista nimeltä empiirinen *ego* tulee objekti - eli empiiris-persoonallinen *ego* ovat transdentaalisen *egon* tarkkailun kohteita. Koska transedenttista *egoa* ei voi nähdä objektina, sitä on myöskin äärimmäisen vaikea sanoa kuvailla – samalla tavalla, ja osin samasta syystä, kuin Hyvän ideaa on vaikea sanoa kuvailla. Sen voi vain ja ainoastaan subjektiivisesti kokea – sen olemassaolosta voi olla tietoinen, koska se, itse asiassa, on *Itse* tietoisuus. Eli transedenttinen *ego* on SE, joka voi tietoisesti tarkkailla sitä empiiristä *egoa*, kuten myös muuta maailmaa. Transedenttinen *ego* on se valokeila, jonka valossa empiirisen *egon* reaktiot ja proaktiot voi nähdä; kun empiirinen *ego* seikkailee sitä ympäröivissä tapahtumissa. (Wilber 2000a, 235–237.)

Tämä jako on usein tehty esimerkiksi transpersoonallisen psykologian parissa kahtiajakona puhumalla alemmasta ja ylemmästä minästä. ”Ylempi” (trans-*ego*) on se sisäisempi tai syvempi osa itsestä – varsinainen itse - ”alempi” (esi-*ego* lapsella ja *ego* aikuisella) on ulkoisempi tai pinnallisempi osa itsestä. Henkisen kehityksen piireissä pidetään meditatiivisia harjoituksia ja joitakin vaihtoehtohoitoja – sanalla sanoen, tietoisuustaitoja - keinona, jotka voivat pienentää *egoa* eli auttaa menemään *egon* tuolle puolen. Mutta tuo näkemys on asioita aika lailla yksinkertaistava, koska tällöin yleensä puhutaan yksinkertaisesti vain *egosta* eli minästä. (Wilber 2000a, 235–237.) Mielestäni tarvitaan *egon* jaottelua empiiris-persoonalliseen ja transedenttiseen (ks. esim Klemola 2004, 186–235).

Transedenttinen *ego* on ”Minä Olen”. Empiirinen *ego* on ”Minä Toimin, tunnen ja



ajattelen”. Kun ajatteleva mieli hiljenee – ja ikään kuin unohdamme ”maallisen itsemme”, niin silloin ajattelusta ja toiminnasta tulee luovempaa, koska silloin se pääsee kumpuamaan sieltä luonnollisesta älystä (*intellect, buddhi*) käsin, kaavamisen mielen (*mind, manas*) sijaan. Minä Olen transendenttinen *ego*. Minä toimin, tunnen ja ajattelen empiirisenä *egona* – hyviä tai ”pahoja” tekoja, tietoisesti tai tiedostamattomasti.

### 4.3 Tietoisuuden tasot, tietoisuuden linjat, tajunnan tilat ja *Itse*

*“- Olet käsittänyt mainiosti. Ja ajattele nyt, että näitä janamme neljää osaa vastaa neljä sielun tilaa: ylimpänä järki, seuraavana älyllinen päättely, kolmantena uskominen ja viimeisenä arvelu, ja järjestä ne oikeassa suhteessa sen perusteen mukaan, että niissä kussakin on selkeyttä sen verran kuin niiden kohteissa on totuutta (Valtio 511d-e).”*

- Platon -

*Pidoissa (202a-210d)* Platon esittää ajatuksen tiedon portaista ensimmäisen kerran. Me – ihmiset - lähdemme liikkeelle siitä, mikä on aistinelimin havaittavissa ja siitä yksilö voi edetä asteittain *Kosmoksen* ulkoista koskevasta tiedosta sisäiseen - ja siinä yhä syvemmälle ja syvemmälle, korkeammalle ja korkeammalle. Tämä ei perustu uskokakseni pelkästään päättelyyn, kuten usein oletetaan, vaan omakohtaisiin sisäisiin oivalluksiin. Ihan niin kuin lahjakas säveltäjä mestarteosta luodessaan ei joudu miettimään, että minkä nuotin tai soinnun asettaisi seuraavaksi – vaan hän usein suoraan *kuulee* musiikin valmiina ”päässään”. Eli Arthur Koestleria (1964) mukaillen; tosi luovuus usein alkaa vasta, kun rationaalinen ajattelu loppuu. Thesleffin ja Knuuttilan (1999, 381) mukaan ”*perustelemattomat todet uskomuslauseet muodostivat Platonille vaikean ongelman*”. Mutta sanoisin, että ne muodostavat vaikean ongelman nimenoman silloin, kun ei ota huomioon rationaalisen tuolle puolen meneviä tietoisuuden tasoja - kuten on yleensä postmodernina aikana ollut akateemisen filosofian parissa.

Saman tyyllisiä tietoisuuden ja/tai tajunnan jaotteluja löytyy idän filosofiasta runsaasti (ks. esim. Broo 2010). Ihmisen kehitystä - ja ihmiskokonaisuutta eli -tajuntaa - voi aina jaotella käsitteellisesti monella eri tavalla. Ja se kuinka moneen kehitysvaiheeseen jonkin prosessin jakaa on, loppujen lopuksi, makuasia. Samalla tavalla kuin on makuasia montako vaihetta mikä tahansa tapahtuma sisältää; esimerkiksi kun tuhatjalkainen kävelee oman ruumiin pituutensa verran eteenpäin, niin monestako ”vaiheesta” se koostuu? Mutta olennaista on se, että ihminen näyttää kehittyvän tietynkaltaisten vaiheiden läpi. (Wilber 2009.)

Päivän päätteeksi, vaiheiden määrästä ja laadusta voidaan kiistellä vaikka loputtomiin,

mutta tiettyjä kaavamaisuuksia sisältäviä vaihteita on esimerkiksi lapsen kehityksessä. Ja vaihteiden yli ei voi hypätä eli ensin on opittava kävelemään, ennen kuin voi juosta. Kehityspsykologiassa on tehty myös monenlaisia jaotteluja (ks. esim. Berger 2001); ja tässä työssä nimenomaan yhdistellään, Wilberiä (2000a) mukaillen, länsimaisen kehityspsykologian havainnoimat kehitysvaiheet eri henkisten perinteiden hahmottelemiin tavallisen rationaalisen vaiheen jälkeen mahdollisesti saavutettaviin kehitysvaiheisiin. Näitä korkeampia tasoja ei länsimainen psykologia ole vielä kartoittanut, koska niitä vain harva ihminen saavuttaa – myöskään tieteen parissa - ja jotka osittain juuri sen takia menevät, ikään kuin, nykytieteen ”tuolle puolen” - toisin sanoin, yli hilseen.

Jean Gebser (1985) ja Jean Piaget (1977) ovat hahmotelleet ihmismielen kehityskulkua ensimmäisenä länsimaisessa psykologiassa tähän tyyliin, kuin tässä työssä pyritään tekemään. Piagetin jälkeensä jättämät tutkimukset sisältävät tämän päivän tiedon valossa paljon puutteita, eli tässä ei siis ole tarkoitus syleillä varauksetta jokaista kohtaa Piaget’n päätelmissä; mutta hänen laajamittainen pohjatyönsä on yhtenä kivijalkana tämän työn tietoisuuden kehitystä kuvaavalle teorialle. Tietoisuuden tutkimuksessa on toki tapahtunut paljon Piaget’in jälkeen; mutta tässä on olennaista nähdä, että kehitymme eri vaihteiden läpi – ja samankaltainen kehitys, mikä on ihan tavallista lapsena, voi jatkua vielä aikuisuudessakin. Eli ihmisen kehtiyspotentiaali nähdään eri henkisissä perinteissä hyvin eri tavalla, kuin länsimaisessa psykologiassa.

Ennen kuin menemme tarkemmin tietoisuuden tasoihin, yritän kuvata tässä työssä käytettyä psykologista mallia – josta Piaget’n kuvaama kognitiivinen kehitys on, siis, vain yksi osa-alue. Tämä psykologinen malli seuraa pääasiassa Wilberin (2000a) teoriaa ja sen osa-tekijät ovat mentaalis-henkis-sosiaalisia *prosesseja*. Näistä prosesseista käytän sanoja ”tietoisuuden tasot”, ”tietoisuuden linjat” ja ”tajunnan tilat”. Ihmisminuuden empiiris-persoonallinen *ego* on näiden prosessien alainen, ollen näiden prosessien läpi kulkeva toimija-agentti – ja persoonallinen *ego* ensin kasvaa aikuisuutta kohti, ja sitten pienenee transpersoonallisilla tasoilla. Mutta varsinainen *Itse* - josta käytän usein käsitettä transedenttinen *ego* – on se tietoinen ”tarkkailija” ja syvin olemuksemme, se osa minuuttamme, joka säilyy muuttumattomana läpi näiden prosessien. Mutta minätunteemme samaistumisen aste tuohon ”tarkkailijaan” muuttuu. (Wilber 2000a, 214.)

*Tietoisuuden tasoja* ei tule ymmärtää kiveen hakattuina, staattisina portaina; vaan ne ovat pikemminkin *aaltomaisia* tasoja, koska ne voivat olla ajoittain limittäin ja lomittain muiden tasojen kanssa. Tietoisuuden tasoja voidaan jaotella eri tavoin – tässä käytetään 12 tason kuvausta; mutta ne voidaan yleistäen jakaa kolmeen merkittävään osaan eli prerationaalinen, rationaalinen ja transrationaalinen (tai prepersoonallinen, persoonallinen ja transpersoonallinen). Ja nimenomaan näiden tasojen kyseessä ollessa vaiheiden yli ei voi hypätä. (Wilber 2000a, 214.)

*Tietoisuuden linjat* ovat puolestaan ihmisessä olevia, osin erillisiä, kehityksellisiä puolia – eräänlaisia osittain itsenäisiä *virtauksia* - kuten moraalinen, psykoseksuaalinen, emotionaalinen, henkinen ja kognitiivinen. Näistä taas esimerkiksi kognitiivisessa on eri alalajioja, kuten esimerkiksi Gardner (1993) on hahmotellut älykkyyttä yhdeksään eri alalajiin; eli visuo-spatiaalinen, lingvistinen, loogis-matemaattinen, kehollis-kinesteettinen, musikaalinen, interpersoonallinen, intrapersoonallinen, naturalistinen ja eksistentiaalinen. Nämä voivat yksilöstä riippuen kehittyä hyvinkin erillään toisistaan; tai vaihtoehtoisesti, osa niistä voi kulkea käsi kädessä samaan tahtiin läpi yksilönkehityksen eri tasojen. Ihmisyksilö voi esimerkiksi olla huippumatemaatikko, mutta keskinkertainen tunneälyltään ja suorastaan surkea moraaliltaan eli kyseessä ei todellakaan ole yksiulotteinen lineaarinen kehitys – tai kuvaus kehityksestä. (Wilber 2000a, 214.)

*Tajunnan tilat* puolestaan viittaavat laadullisesti hyvin erilaisiin suhteellisen lyhytaikaisiin kokemuksiin, joita yksilö voi kokea jonkin yhden tietoisuuden tason - eli kehityskauden – aikana. Eli milloin tahansa persoonallisen *egon* sen hetkinen tila – voi olla esimerkiksi rakkaudellinen tai kiukkuinen. Ihminen voi siis hetkellisesti kokea tiloja, joissa hän joko vajoaa tietoisuuden tasoaan alemmaksi, tai vastaavasti pääsee kurkistamaan jotain korkeampaa tasoa ”tajuntaa laajentavan tilan” aikana. Varsinkin jälkimmäisten tilojen ollessa kyseessä, nämä tilat voivat jopa muuttaa ihmisen elämää hyvinkin syvällisesti ”kertaheitolla”. Samoin voi toki myös käydä tajunnan ollessa regressoituneessa tilassa, sillä me kaikki olemme kuulleet kohtalokkaista teoista, joita on tehty ”tilapäisen mielenhäiriön” aikana – mutta tällöin elämänmuutos on yleensä hyvin erilaatuinen verrattuna edellä mainittuun. Mutta, joka tapauksessa, jotta voidaan puhua uudesta ja korkeammasta tietoisuuden tasosta, tästä laajentuneesta tajunnan

tilasta on tultava pitkäkestoisempi rakenne psyykeessä. (ks. Wilber 2000a, 214–215.)

Ja lopuksi on se Itse eli transendenttinen ego, joka tapahtumien tietoisena tarkkailijana *tai* tiedostamattomana todistajana navigoi näissä aalloissa, virtauksissa ja tiloissa etsiessään omia polkujaan elämän suuressa joessa – tai tietoisuuden suuressa meressä. Se tarkkailee ja/tai todistaa kaikkea tapahtuvaa ja myös kaikki hänen *Itsensä* käyttämässä empiiris-persoonallisessa egossa tapahtuva on osa noita tapahtumia; esimerkiksi, kun minulla herää ajatus ruokatunnista, niin tuo ajatus on tapahtuma, jonka olemassaolon *Itse* todistaa. *Itse* siis käyttää mieli/keho–konstruktiota kulkuvälineenä tässä maailmassa. Eli yleensä mieli/keho muodostaa suurelta osin minätunteemme eli identiteettimme, joka näkyy ulospäin persoonallisena *egona*; mutta syvemmälle ihmisyyteen mentäessä – eli tietoisuuden tasoilla korkeammalle noustaessa - identiteetti löytyykin jostain muualta eli varsinaisesta Itsestä. *Itse* on SE, joka ”matkustaa” empiirisellä *egolla* eri vaihtuvien tajunnan tilojen kautta läpi tietoisuuden tasojen. Tunteet ja ajatukset koemme yleensä sisäisinä asioina, jotka ovat olennainen osa meitä, mutta *Itsen* näkökulmasta nekin ovat vain ohivirtaavia tapahtumia, joiden mentyä mitään olennaista meistä ei ole kadonnut. (ks. Wilber 2000a, 214–215.)

”Tietoisuus” ja ”tajunta” - sekä niiden englanninkieliset vastineet ”consciousness” ja ”awareness” - ovat käsitteitä, joita on hankala määritellä täsmällisesti. Lisäksi sekaannusta aiheuttaa, että niitä käytetään välillä tositensa synonyymeina – ja välillä taas kahdessa eri merkityksessä; mutta ajoittain mennen ristiin-rastiin muiden näiden samojen sanojen käyttäjien kanssa. Ja mikä ns. henkisissä piireissä on vakiintuneempaa tapaa käyttää tietoisuus-sanaa, saattaa olla nimenomaan nykytieteen kanssa ristiriidassa. Joka tapauksessa, tässä olen seurannut JP. Jakosta ”tietoisuus”-sanan (consciousness) käytössä – koska hän on ensimmäinen, joka on suomentanut Wilberiä (2009) – kääntäen nimenomaan käsitteen ”levels of consciousness” muotoon ”tietoisuuden tasot”. Mutta henkilökohtaisesti en ole aina varma, onko tuo paras mahdollinen sanavalinta.

Kaiken kaikkiaan, tämä *tietoisuuden* kuvaaminen *tasoina* on, totta kai, asioiden yksinkertaistamista ja tämän tyylinen asioiden luokittelu ja hierarkisointi voi usein aiheuttaa enemmän ongelmia, kuin ratkaista. Mutta jos me pidämme mielessämme, että nämä tasot ovat vain suuntaa-antavia, eikä tarkoitettu ehdottomiksi, niin ne voivat auttaa ymmärtämään ihmisen kehitystä – ja ihmisyyden eri ilmenemismuotoja - paremmin.

Wilber (2009) on kirjoittanut länsimaiden ”naiivista tasavertaisuudesta” – tai valitettavan usein tasapäistämisestä. Tässä on nyt tehtävä ero sanojen ”tasavertainen” ja ”tasa-arvoinen” välille: Kaikki ihmiset ovat *tasa-arvoisia* siinä mielessä, että ihmisyyys itsessään tuo oliolle tietyn itseisarvon – koska hänessä on ihmisen *idea* pohjalla. Mutta kaikki ihmiset eivät ole *tasavertaisia*; toiset ovat aina kyvykkäämpiä kuin toiset – oli sitten kyseessä mikä tahansa tiedon tai taidon osa-alue.

#### 4.4 Tietoisuuden tasot kollektiivisesti

*”Lasten kasvattaminen on elämän kuljettamista soihtuna, jonka ojennamme omalta sukupolvelta seuraavalle.”*

- Platon -

Ken Wilber (2000a, 125) on omien sanojensa mukaan seurannut Jean Gebserin (1985) teoriaa, jossa tunnistetaan neljä suurta aikakautta ihmiskunnan evoluutiossa; näitä ”historian näyttämöitä” hän kutsuu nimillä *arkaainen*, *maaginen*, *myyttinen* ja *mentaallinen* - ja korkeammat tasot ovat evoluution jatkuessa mahdollisesti vielä tulossa. Wilber (2000b) ehdottaakin, että nämä vastaavat eräänlaisia tietoisuuden rakenteita, jotka ovat tunnistettavissa myös yksilönkehityksessä lapsesta aikuiseksi (vrt. Piaget & Inhelder 1977). Ne kukin antavat ihmisen käyttöön omanlaisensa tila-aikatajun, moraalin, kognitiivisen kyvykkyyden, identiteettimahdollisuudet, tekniset ja tuotannolliset potentiaalit, motivaation ja halut, persoonalliset patologiat ja defenssit, sosiaalisen alistamisen ja ylentämisen muodot – ja omanlaatuisensa henkiset tai hengelliset näkemykset. (Wilber 2000a, 125.)

Maailmankuvalla tässä tarkoitan, että meillä ihmisillä ei ole vain yksi mahdollinen annettu maailma, vaan me todella olemme nähneet maailman joiltain osin eri tavoin eri aikoina – ja katsomustavalla olemme myös olleet luomassa sen hetkistä maailmaa. Kun evoluution myötä *Kosmoksen* kaikki neljä kulmausta (ks. liite 1) kehittyvät niin uusia maailmoja ilmaantuu ihmisten tajunnan näköpiiriin. Ja uudenlaiset maailmankuvat luovat uusia maailmoja, jotka eivät aikaisemman maailmankuvan vallitessa olleet edes mahdollisia. Kyseessä ei siis ole ”vain” sama maailma nähtynä uuden viitekehyksen luomien linssien läpi. (Wilber 2000b, 52.) Jokainen uusi taso tuo mukanaan konkreettisesti uuden maailman, koska maailma nähdään uudelta tasolta; kuten vuorikiipeilijä näkee aina laajemman palan maata ja taivaanrantaa noustessaan korkeammalle. Ja jokaisella tietoisuuden kasvun asteella on oma hintansa, se on osa kehityksen dialektiikkaa (Wilber 2009, 253).

Tämän kaltaisia hierarkioita usein syytetään lineaarisuudesta; mutta tällöin mahdollisesti yksinkertaistetaan ja jotain olennaista jää huomaamatta. Hierarkia sosiaalisessa ja

kulttuurisessa elämässä VOI olla kehitystä hidastavaa, mutta evoluutiossa on sisäänrakennettuna kehityksen hierakisuus. Evoluutiota tutkittaessa hierarkiat ovat *asymmetrisiä*, koska kehitys tapahtuu vain yhteen suuntaan. Esimerkiksi moraalisisessa kehityksessä näemme, kuinka ihminen ensin välittää vain omista tarpeistaan, sitten toisesta ihmisestä, pienestä ryhmästä, kotimaasta, omasta rodustaan, ehkä jopa koko ihmiskunnasta - ja lopulta mahdollisesti kaikesta elollisesta. (Wilber 2000a, 27; Berger 2000.)

Arthur Koesteler teoksessaan *Ghost in the Machine* (1967) käytti mieluummin sanaa holarkia, kuin hierarkia. *Holarkia* kuvaa sitä, kuinka evoluutio muodostuu ns. *holoneista*, jotka ovat aina osia jostain suuremmasta kokonaisuudesta, jotka puolestaan ovat myös osia jostain suuremmasta kokonaisuudesta. *Holonien* evoluutiota, ja samoin tietoisuuden tason ”portaissa” nousua, voi havainnollistaa seuraavalla vertauksella tai ajatusleikillä: Ottakaamme mielikuvissamme suurelle pelilaudalle valtava määrä pieniä mustia shakkisotilaita. Nämä mustat sotilaat kuvastavat oliota, jonka ainona pyrkimyksenä on säilyä hengissä eli se hankkii ruokaa ja syö. Mutta tämä peli käy ennen pitkää tylsäksi ja me haluamme lisää monimuotoisuutta pelin tapahtumiin...

Lisäämme osalle mustista shakkisotilaista tumman harmaan kruunun, mikä symboloi olentoa, joka hengissä säilymisen lisäksi haluaa myös lisääntyä. Eli nämä uudet pelinappulat haluvat myös seksiä – mutta niiden tarve saada ruokaa ei poistu, vaan niillä on yhä myös tarve säilyä hengissä. Alkuperäisen kaltaisina säilyneet mustat shakkisotilaat jatkavat yhä vain ravinnon hankintaa, eivätkä ymmärrä kruunullisten olentojen tarvetta myös lisääntyä, koska tämä uusi ”tietoisuus” ei yksinkertaisesti mahdu heidän ”maailmankuvaansa ja elämänkatsomukseensa” - he eivät kerta kaikkiaan näe mitään mieltä muunlaisessa toiminnassa, kuin ravinnon hankinnassa ja syömisessä, koska heistä ei ”tunnu siltä”. Tätä harmaata kruunua ei voi myöskään redusoida mustaan millään tavalla, vaan se on jotain täysin uutta. Kun taas peliä on pelattu jonkin aikaa, haluamme taas lisää monimuotoisuutta peliin, ettei peli käy tylsäksi...

Haluamme alkaa muodostamaan sosiaalisia ryhmiä ja tekemään asioita yhdessä organisoidusti. Lisäämme nyt osalle kruunullisista shakkinappuloista hieman edellistä vaaleamman harmaan uuden kruunun vanhan kruunun päälle ja tämä uusi kruunu symboloi tarvetta ja kykyä yhteistyöhön ja toiminnan organisointiin. Tällä uudella



oliolla säilyy yhä myös ne vanhat tarpeet... Ja näin peliä voi tehdä yhä monimuotoisemmaksi lisäämällä aina astetta vaalemman harmaita kruunuja edellisten päälle, jolloin syntyy harmaan eri sävyjen muodostama jatkumo mustan ja valkoisen välille. Viimeisenä tuleva valkoinen kruunu symboloi tietenkin sitä korkeinta mahdollista tietoisuuden tasoa, minkä ihminen voi saavuttaa (josta myöhemmin lisää).

Ovatko nämä uudet holonit sattuman sanalemmiä? Pitkänen (1994, 11) ehdottaa Platonia tulkitessaan "välttämättömyyden" synonyymiksi "sattumaa", mutta sattuma ei mielestäni sovi kovin hyvin yhteen *teloksen* kanssa. Jos elämällä ja evoluutiolla on *telos* eli jonkinlainen päämäärä ja tarkoitus, niin sana "osuma" voisi kuvata paremmin "merkkitapahtumia" kuten alkuräjähdyksen tai eliössä tapahtuva mutaatio, joka nostaa sen ihan uudelle tasolle. "Sattumaa" käytetään monasti kuvaamaan asioita, joita ei pystytä selittämään rationaalisella tasolla tässä meidän kompleksisuudessaan sanoinkuvaamattoman – lähes rajattoman – monitasoisessa ja monimuotoisessa *Kosmoksessamme*. Minusta "yhteensattuma" -sana voidaan aina korvata sanalla "yhteenosuma" – ja tämä yhteenosuma nimenomaan sopii paremmin yhteen *telos*-ajatuksen eli teleologisen maailmankuvan kanssa.

Wilber (2009) kysyykin aiheellisesti: Kumpi tarina loppujen lopuksi on hullumpi? Tämä tarina Hengestä ja tarkoituksesta, jota mystikot ja viisaat ovat laulaneet ja runoilleet ympäri maailman ja kautta aikain; vai moderni tieteellis-materialistinen tarina, jonka mukaan "ajan lyhyt historia" on järkeä vailla oleva eli idioottimainen sattumanvarainen tapahtumasarja? Kumpi tarinoista on todella mielivaltaisen oloinen? Kumpi tarinoista on älytön?

Ihmisellä ei ollut aikoinaan olemassa mitään pakottavaa biologista tarvetta muodostaa kyliä, kaupunkeja ja valtioita. Perheen ja/tai heimoyhteisön sosiaalisen *holonin* synnyttyä oli jo olemassa ihmisen nykyisenkaltaiset kolmiosaiset aivot. Mutta ihmisen evoluution itsensä ylittämisen tarve – eräänlainen tietoisuuden "draivi" - nosti esiin jotain joka vei meidät pelkän biologian (*biosfäärin*) tuolle puolen - syntyi *noosfääri*. On siis tärkeä huomata, että noosfääri ei ole vain uusi käänne biosfäärissä, vaan se on jotain täysin uutta siihen verrattuna - uusi taso kehityksen holarkiassa - jonka takia on hyvin arveluttavaa tarkastella ihmistä pelkkänä biologisen olentona - "yhtenä eläimenä muiden joukossa" - johon yhä varsin usein törmää (ks. esim. Viitala 2004).

Muutos lähtee aina ihmisyksilöistä, mutta muutoksen täytyy tavoittaa riittävän suuri joukko ihmisiä, jotta muutoksesta tulee kollektiivinen. Eli on olemassa jokin *kriittinen massa*, joka täytyy määrällisesti saavuttaa, jotta voidaan puhua laadullisesta muutoksesta kollektiivisesti. Ja yksilö on toki aina situationaalisesti tietyissä konteksteissa – kulttuurinsa valtavirrassa tai jonkin alakulttuurin muodostamisessa virtauksissa – jolla on oma historiansa ja kehityksellinen kulkunsa, joka vaikuttaa omalta osaltaan mahdollisuuksiin tässä hetkessä ja tulevaisuudessa. (Wilber 2000b, 55; ks. myös MacIntyre 2004.)

#### 4.4.1 Neljä suurta aikakautta

*”Sinulla on vapaa tahto, joten voit valita mieleisesi tavan ajatella. Vapaa tahto on Jumalan lahja sinulle.”*

- Wayne W. Dyer -

Näin ollen, hahmottelkaamme nyt lyhykäisesti läpi näitä neljää suurta aikakautta; arkaainen, maaginen, myyttinen ja rationaalinen (ks. esim. Wilber 2009):

(1) *Arkaainen* on löyhä yleistermi, jolla tarkoitetaan kaikkia tietoisuuden rakenteita *hominideihin* eli ihmisapinoihin asti ja niiden aikana – eli nyt puhutaan myös ajoista ennen kuin nousimme puihin; sekä ajoista, jolloin asutimme puita; ynnä ajoista, jolloin laskeuduimme taas puista; ja ajoista, jolloin opimme tulenteon, joka mahdollisti asumisen luolissa jne. Näin ollen, arkaainen on eräänlainen symboli *homo sapiensin* monimuotoiselle ja rikkaalle historialle. Mutta se ei ole pelkkä symboli, sillä elämämme alussa - joiltain osin myöhemminkin – olemme kukin ihmisyksilö yhä noina aikoina syntyneiden tietoisuuden rakenteiden vaikutuksen alaisia. Eli olemme yhä biologisia olentoja, jolta löytyy myös matelijoille tyypillinen aivorunko, jonka päälle on kehittynyt limbinen järjestelmä ja monimutkainen aivokuori. Mutta emme ole enää pelkästään *alastomia apinoita* eli biologisia olentoja, vaan olemme myös esimerkiksi filosofisia apinoita eli psyko-poliittisia olentoja. (Wilber 2000a, 169; ks. esim. Morris 1996.)

Arkaaisessa vaiheessa ajattelu on yleensä sensorimotorista eli identiteetti perustuu pelkästään kehoon – sen hengissä pitämiseen ja uusintamiseen lisääntymisen kautta. Voisi sanoa karkeasti ilmaistuna, että ihmiskunnan ”psykologinen syntymä” ei ole vielä tapahtunut eli noosfääri vielä antaa odottaa itseään, ja elämme kutakuinkin eriytymättömänä osana biosfääriä eli luontoa. Usein kuulee puhuttavan harmoniasta, mutta se on tässä tapauksessa ehkä hieman harhaanjohtavaa, koska harmonia viittaa *erisien* sopusointuun, mutta tässä vaiheessa ihmissuku on ollut vielä eriytymätön *osa* luontoa. Arkaaisessa kulttuurissakin syntyy alkukantaista kulttuuria – artefakteja ja käytäntöjä, sääntöjä ja kategorioita - jotka määrittelevät hyvää ja pahaa, oikeaa ja väärää; mutta kaikki tulkitaan toiminnan tuottamien fyysisten tai hedonististen seurausten perusteella. Ja nimenomaan fyysinen voima yleensä hyvin suoraan myös

määrittelee, että kenen sääntöjen tai mielihalujen mukaan eletään. (Wilber 2000a, 170; ks. esim. Morris 1996.)

(2) Seuraavaa vaihetta kutsutaan tässä jatkumossa *maagiseksi*, koska silloin keho ja mieli ovat vielä suhteellisen eriytymättömiä. Näin ollen, mentaaliset kuvat ja symbolit sekoitetaan - tai jopa samaistetaan täysin - usein todellisuuden kompleksia luonnetta yksinkertaistavalla tavalla, konkreettisten fysikaalisten tapahtumien kanssa. Tämän takia mentaalisten intentoiden uskotaan pystyvän muuttavan fysikaalista maailmaa suoraan, käden käänteessä, tuosta vain; ikään kuin, taianomaisesti eli maagisesti. Ja näin ovat syntyneet esim. kaikenlaiset maagiset rituaalit, kuten esimerkiksi voodoo, fetissit, loitsut jne. (Tänä päivänä on toki tultu yhä tietoisemmiksi kehon ja mielen tiiviistä vuorovaikutuksesta, ja mielen voimista; mutta maagisessa vaiheessa odotukset ovat kuitenkin epärealistisia.) Maailma nähdään animistisena eli kaiken uskotaan olevan elävää; ja koska biosfääri ja noosfääri eivät ole vielä eriytyneet ja integroituneet, subjektilla uskotaan olevan erityisvoimia objektiin nähden, jonka taas uskotaan omaavan subjektiivisia ominaisuuksia. (Johon taas on sanottava, että toki moderni fysiikka on vienyt myös tiedettä tähän suuntaan, mutta maagisessa vaiheessa kaikki nähdään vielä hieman (kvantti)todellisuutta yksinkertaisempaan – eli kuvaannollisesti sanoen, nähdään vain varjoja eri värien sijaan.) (Wilber 2000a, 170–171; ks. esim. Dyer 2002; Greene 2005.)

Maagisen tason heimokulttuureja usein nykyaikana ihannoidaan elämisestä ”harmoniassa luonnon kanssa”, koska tänään on käynyt ilmeiseksi, että ihmiskunta voi tuhota itsensä; tuhoamalla liian suuren osan luontoa, jolloin elämä täällä käy ihmisen kokoiselle nisäkkäälle mahdottomaksi. Kyse ei kuitenkaan maagisessa kulttuurissa ole varsinaisesta biosfäärin ja noosfäärin integraatiosta, koska ne eivät ole vielä edes eriytyneet sillä tasolla – kyseessä on siis pikemminkin alkuperäinen fuusio, kuin integraatio. Koska ihminen elää vielä maagisen tason kulttuurissa niin paljon ”omasta luonnostaan” eli kehostaan käsin, niin monien heimojen elämä oli tosiaankin myöhempiin aikoihin verrattuna ”harmonisen” oloista luonnon kanssa – tämän päivän silmin katsottuna. Mutta osin on kyse myös siitä, että ihmisiä oli vielä suhteellisen vähän maapallolla, JA ihmisellä ei vielä ollut keinoja tuhota kovinkaan isoa osaa luonnosta kerrallaan. Mutta se ei välttämättä kerro viisaudesta suhteessa ekosysteemiin; se kertoo vain kapasiteetin puutteesta. (Wilber 2000a, 171–173.) Itse asiassa, muiden

muassa esimerkiksi Lenski (2005) on tutkimustensa perusteella väittänyt, että iso osa heimoyhteisöistä käytti luonnonvarat loppuun omalla elinalueellaan - ja siirtyi sitten uusille apajille.

Heimokulttuurit elivät siis ehkä parhaissa tapauksissa jopa rauhassa luonnon kanssa; mutta muita heimoja ei yleensä suvaittu. Tässä vaiheessa vielä puuttuu yleisinhimillinen, ja tänä päivänä konventionaalinen, moraalis-eettinen taju eli heimot olivat suuren osan aikaa sotatilassa muiden heimojen kanssa. Jotta pystyimme asuttamaan maapalloa tiiviimmin, tarvittiin kyky integroida paremmin eturistiriitojamme – eli täytyi kyetä ottamaan huomioon muita ihmisiä vaikkeivat he omaisikaan verisiteitä itsemme kanssa. Tässä vaiheessa alkoi syntyä monimuotoisia mytologioita, jotka mahdollistivat laajemman ihmisten yhteisöllisyyden - tässä vaiheessa alettiin olemaan enemmän *ethnosentrisiä* pelkän egosentrisyyden sijaan. (Wilber 2000a, 174–176.) Ja ethnosentrisyyshän nostaa päätään politiikassa aina uudestaan ja uudestaan vielä tänäkin päivänä.

(3) Seuraavan eli *myyttisen* tason saavuttaminen vaatii muutoksen, jossa kehoon samaistumisen sijaan tulee samaistuminen johonkin abstraktimpaan eli sisäisempään, joka tarkoittaa astumista korkeammalle *Kosmoksen* vasemmalla puolella – tai siitä, että ensimmäistä kertaa yleensäkin todella samaistutaan johonkin sisäiseen eli mieleen (ks. liite 1). Tässä vaiheessa ei enää tarvittu yhteistä esi-isää yhteenkuuluvuuden tunteen takaamiseksi, vaan tilalle astuivat hallitsijat. Eri heimoyhteisöjen integrointi tapahtui myyttisten jumalten maailman laajentumisella. Heimot yhdistyivät kansoiksi ja kaupungeiksi yhteisten jumalten alle, ja näitä kansoja käytännössä johtivat yksinvaltiaat, jotka usein myyttien mukaan olivat suoraan ”jumalten” jälkeläisiä – ja ”jumalten edustajina” myös papeilla ymv. oli suuri valta. Ja ihmisyksilöt alkoivat yhä enemmän samaistumaan rooleihinsa eli kaupungit ja valtiot tarvitsivat yhä useampia eri ammattikuntia. (Wilber 2000a 176–177; ks. myös esim. *Valtio*.)

Myyttisen tason tietoisuus ottaa myytit kirjaimellisesti, ja koska kriittinen massa ihmisistä oli tällä aikaudella, tason nimen mukaisesti, yksilöinä myyttisellä tietoisuuden tasolla, niin tällöin syntyi vielä tänäkin päivän maailmassa vaikuttavat suuret uskonnot – kuin myös sekä itäinen että läntinen filosofia, mutta niitä kehiteltiin hieman eri suuntaan kuin uskontoja (tosin idässä filosofia ja uskonnot ovat säilyneet lähempänä

toisiaan). (Wilber 2000a, 177–178.) Aina on ollut ja on yhä myös yksilöitä, jotka ovat paljon enemmistöä korkeammalla tietoisuuden tasolla - ja he nimenomaan yleensä antavat alkukipinän uskonnoille ja filosofioille. (ks. esim. *Valtio*; Uusi Testamentti; Bhagavad Gita.)

Kun nämä poikkeukselliset yksilöt - mystikko-näkijät, henkiset mestarit, kontemplatiiviset filosofit - yrittävät puhua ympäröiville ihmisille kielellä, jota ihmiset ymmärtäisivät, he päätyvät käyttämään myyttejä. Ongelmana on se, että heidän puheensa otetaan yleensä kirjaimellisesti, koska niin maagisella kuin myyttisellä tasolla, enemmän ja vähemmän kaikessa yksinkertaisuudessaan, ei ole vielä kapasiteettia enempään. Vaikka nämä keskimääräistä viisammat puhujat käyttävät myyttejä vertauksenomaisesti tai symbolisesti; esimerkiksi eettisinä opetuksina ja, vielä vaikeammin tulkittavissa olevina, symbolisina viittauksina. Kun nämä opetukset tulkitaan myyttisesti - eli yleensä käytännössä otetaan kirjaimellisesti – niin, tällöin tulkinta ja opettajan tarkoitus eivät kohtaa toisiaan alkuunkaan. (Wilber 2000a, 177–178; ks. esim. *Valtio*; Uusi Testamentti.)

(4) Sanaa ”*rationaalinen*” tarkoittaa lukuisia eri asioita eri ihmisille – eikä kaikki sanan merkitykset ole rationaalista mieltä ylentäviä tai imartelevia. Sanan monimerkityksellisyydestä johtuen, ”rationaalisuutta” voi olla usean tyyppistä: käytännöllistä kuten teknologia; formaalista kuten matematiikka; yhteisöllistä kuten eettisyys ja kommunikaatio. Erityisen huomiolle pantavaa on, että rationaalisuus tuo mukanaan kyvyn ”ajatella omaa ajattelua” eli reflektoida omia tajunnan tapahtumia – usein puhutaan tässä yhteydessä *itsereflektiosta* ja myös *metakognitiosta*. Tämä ihmisen kehityksen jatkumossa monella tapaa uudenlainen kyky ajatella herättää yksilöissä kysymyksiä: Miten tämä todistetaan todeksi? Miksi minun pitäisi uskoa tähän? Kuka niin sanoo? Mistä sait tuon ajatuksen? Koska voimme reflektoida omaa ajattelua, voimme alkaa kuvittelemaan kaikenlaisia mahdollisuuksia – mahdollisia maailmoja... (Wilber 2000a, 178–179; ks. esim. Platon: Teokset 1999.)

Yleinen ajatus, että rationaalisuus ja tunteet ovat toistensa kilpailijoita, jotka sulkevat toisensa pois – tai ainakaan ne eivät voi kulkea käsi kädessä - yksinkertaistaa ihmistä. Koska rationaalisuus on myyttiseen nähden nousua ylöspäin tietoisuuden tasoilla, niin se pikemminkin luo syvällisemmän tilan, jossa syvempiä ja laajemmalle levittyviä

tunteita voi esiintyä. Mutta kuten aina, niin patologiaa voi myös esiintyä eli rationaalisuus voi tukahduttaa alempia tasoja - noosfääri voi tukahduttaa biosfääriä – ja niin on paljolti modernina aikana tapahtunutkin sekä kollektiivisella että yksilöllisellä tasolla. Ja rationaalisuuden kapasiteetti on niin suuri, että jälki on ollut katastrofaalista. Ja nimenomaan nämä patologiset oireet ovat antaneet rationaalisuudelle sen joiltain osin ”huonon maineen”. (Wilber 2000a, 179–180.)

Rationaalisuus on toisaalta myös hyvin integratiivista luonteeltaan ja on synnyttänyt mm. Kantin (2004, alunp. 1780-luvulla) kategorisen imperatiivin: ”*Toimi aina niin kuin tahtosi olisi eettisten periaatteittesi nojalla yleismaailmallinen lain säätäjä*”. Näin ollen, rationaalisella tasolla, jos järkisyyt ovat valideja, ne ovat totta kaikille ihmisille; ei pelkästään minulle, minun heimolleni, tai minun kansalleni – eli tällä tasolla alkaa valtaamaan ”mielialaa” *maailmakeskeys*, etno- ja egosentrisyyden sijaan. Tämä ei silti tarkoita sitä, etteikö olisi yhä olemassa kuluttuuriroja, mutta nimenomaan rationaalisuus voi antaa eri kulttuurien kukkia rinta rinnan. (Wilber 2000a, 180.) Moderni tiede on yleisesti ottaen tietysti hyvä esimerkki rationaalisuudesta eli se täytyy asettaa julkiseksi ja kaikkien kyseenalaistettavaksi sekä mahdollisesti lisätutkittavaksi. Ja jos rationaalisen ihmisen mieli on tarpeeksi avoin, niin esimerkiksi lääkäri-tutkija voi länsimaisen lääketieteen lisäksi tutkia jotain vaihtoehtoista lääke- tai hoitotiedettä – ja näitä kaikkia voi nykymaailmassa yhdistellä parhaan mahdollisen tuloksen aikaansaamiseksi. (ks. esim. Laurikainen 1987.)

Mutta myyttisestä ei ole siirrytty rationaalisuuteen ilman kasvukipuja – ja nuo kasvukivut vaivaavat tällä hetkellä planeettaamme. Alkujaan perinteiset mytologiat tietyiltä osin rationalisoitiin eli vanhoja myyttejä ehostettiin ”järkisyyllä”. Tällöin omia myyttejä perustellaan, omasta viitekehyksestä käsin katsottuna, hyvinkin järkeenkäyvillä syillä. Rationaalisuuden kyky integroida ja globalisoida sekä tuottaa tekniikkaa ja tavaraa on johtanut alhaisimmalla tasollaan ja sariaalloisimmilla ilmenemismuodoillaan yrityksiin voimakkein valloittaa mahdollisimman iso osa maailmaa - jopa koko maailma – alistaa mahdollisimman suuri määrä ihmisiä yhden mytologian alle; ja tätä esiintyy fundamentalistiuskovaisten, nationalistien ja eri poliittisten ideologioiden toimesta vielä tänäkin päivänä. (Wilber 2000a, 182–183.) Omana lukunaan imperialismiin kirjoon ovat tulleet globaalit - ja valitettavan usein - kasvottomat markkinavoimat, jotka painottavat ”ratio”-sanan yhden varhaisen

merkityksen mukaisesti *kaupallista voiton tavoittelua*. Pelkistetysti sanottuna, rationaalisuus tosiaankin ihan liian usein on vain kaupallisen voiton tavoittelua – joka ei ole kovin järkevää, älykästä tai viisasta.

Rationaalisuuden juuret ulottuvat Sokrateen kehotukseen ”*Tunne itsesi*” ja suunnilleen saman aikaisiin Buddhan kehotuksiin ”tarkkailla oman subjektin luonnetta”. Antiikin aikaan syntyivät ensimmäiset uskonnot, jotka vaativat rationaalisuutta, jotta niiden opetuksia voisi tulkita edes lähimainkaan oikein. Ja jotka vaativat transrationaalisuutta – eli rationaalisuuden ”tuolle puolen” menemistä - jotta voi todella *nähdä*, mistä opetuksissa oikeasti puhutaan; kuten esimerkiksi, kun Jeesus Nasaretilainen kehoitti etsimään ”taivasten valtakuntaa” sisältämme (ks. esim. Marion 2000). Enää ei vain tarjottu palvottavaksi antropomorfisia jumalia, jotka ovat ”jossain tuolla ylhäällä”...

Mutta kun näitä hengellisiä opetuksia tulkitaan myyttiseltä tasolta käsin – kuten lähes kaikki tekivät antiikin aikaan - niin lopputulos ei useinkaan käytännössä juurikaan eroa aiemmista tavoista harjoittaa hengellisyyttä – ja samat uskonnolliset menot ovat yhä voimissaan. (Wilber 2000a, 184–185.) Ja vielä tänäkin päivänä monella tavalla rationaaliset ihmiset vajoavat myyttiselle tasolle, kun aletaan puhua uskonnosta. Ja toisaalta on koettu myös joukkopako kirkoista em. syistä formaalisoperationaalisten eli rationaalisten ihmisten toimesta, jotka eivät millään pysty vajoamaan takaisin konkreettisoperationaaliselle eli myyttiselle tasolle.

Rationaalisuuteen liittyy myös yksilöllisen persoonallisen *egon* puhkeaminen täyteen kukkaansa; joka voi olla hyvin värikäs ja piristävä - varsinkin harmaan massan seassa – mutta toisaalta myös joidenkin värikkäimpien kukkien tapaan joskus hyvin myrkyllinen. Tässä vaiheessa yksinkertaisempien ja jäykempien rooli-identiteettien kantajat vaihtuvat tai muuntuvat asteittain yksilöllisempien *ego*-identiteettien kantajiksi. Ihmisistä on tullut ”vapaita subjekteja” (ks. Mill 1982) – eikä vanhempien ammatti enää yhtä varmasti periydy lapsille. (Vaikka on sanottava, että todellinen vapaus koittaa vasta paljon korkeammalla tasolla.) Vaikka rationaalisuuden juuret luotiin jo antiikin aamuhämärissä, niin rationaalisuus alkoi olla yhteiskuntia organisoiva tietoisuuden rakenne vasta noin kaksi tuhatta vuotta myöhemmin eli keskiajan jälkeen 1500-luvulta eteenpäin. Tänä modernina aikana olemme nähneet rationaalisuuden positiivisina merkkeinä mm. miesten ja naisten tasa-arvoistumisen, orjien vapauttamisen, YK:n



ihmisoikeuksien julistuksen, eläinoikeusliikkeen jne. (Wilber 2000a, 185–190; ks. myös esim. Skirbekk & Gilje 2001.)

Modernin ajan rationaalis-teollis-tieteellinen maailmankuva on palvellut ihmiskuntaa monella tavalla: demkration nousu; orjuuden kieltäminen; liberaalin feminismin esiinmarssi; empiiristen tieteiden maailmaamme mullistanut voittokulku; ihmisen keskimääräisen eliniän pidentyminen noin kolmella vuosikymmenellä; relativismin ja aperspektivismin tulo taiteen, tieteen, etiikan, ja hengellisyyden markkinoille; asteittainen siirtyminen etnokeskeisestä maailmakeskeiseen maailmankuvaan, joka näkyy esimerkiksi YK:n ihmisoikeuksien julistuksena; yleensäkin dominoivien hierarkoiden väheneminen (Wilber 2000b, 63) - ja jopa eläinoikeusliikkeen ilmaantuminen poliittiseen keskusteluun ihan viime aikoina.

Rationaalisuuden ylikorostamisen varjopuolena taas on ollut, että valistusaikana syntynyt paradigma redusoi paljolti *Kosmoksen* sisäiset puolet ulkoisiin ja pinnallisiin ulottuvuuksiin (ks. liite 1). Modernin ajan ongelmana on ollut, että on keskitytty liikaa kaiken ulkoisen mittaamiseen ja kartoittamiseen – jolloin samalla on jätetty se ihmisen kannalta tärkein tekijä eli itse kartantekijä – ihminen itse - laskuista ulos, ilman mitään todellisia *logos*-järkiperusteita. Eli ihmisyyys asustaa kuitenkin pohjimmiltaan siellä sisäisissä ulottuvuuksissa eikä anatomisessa kehossa, joka on kuollut kuin kivi, kun Henki lakkaa siinä pihisemästä. Kun valistusajasta oli menty pari vuosisataa eteenpäin heräsi ihmiskunta - joiltain osin - eskistentiaaliseen ahdistukseen. Yhtäkkiä tai asteittain, ihminen huomasi elävänsä universumissa, jolla ei ole arvoa, ei tarkoitusta, ei intentiota, ei syvyyttä, ei laatua – koska ”viisaimmat” meistä eli tutkijat ja poliittiset johtajat sanoivat niin. Ja tämä havainto aloitti postmodernin vastarintaliikkeen, joka on yhä käynnissä monissa eri muodoissa – osa on jo siirtynyt transmoderniin vastarintaan. (Wilber 2000b, 81; ks. myös esim. Huhmarniemi, Skinnari & Tähtinen 2001; Klemola 2004, 141-149.)

Mantelinkuoressa – vaihtelun vuoksi - kerraten vielä voisi sanoa, että myyttisellä tasolla elämällä on uudella tavalla jokin tarkoitus verrattuna mielivaltaiseen maagiseen. Rationaalisella tasolla se tarkoitus taas katoaa liialliseen analysointiin, materialismiin tai eksistentiaaliseen ahdistukseen. Maapallomme ekologinen kriisi on pitkälti ihmisen kollektiivisen psykoneuroosin tulosta. Kun noosfääri eli ihmisessä ajatteleva

rationaalinen mieli eristäytyy ja vieraantuu biosfääristä eli luonnosta - tai yrittää jopa kokonaan kieltää sen itseisarvon tai merkityksen omalle olemassaololleen - niin saadaan aikaiseksi silmitöntä, näköalatonta luonnon tuhoamista materiaalsen voiton tavoittelun nimissä. Se ajatellaan tehtävän usein sen takia, että saataisiin elanto. Mutta tosiasiaassa, suurin osa materiastamme ei ole varsinaisesti tarpeellista elannon vuoksi.

Ihmisessä aina osa on sitä alkuperäistä orgaanista elämää synnyttäneitä biosfääriä, ja biosfääri itsessään on noosfäärin osatekijä – se on ollut siis olemassa ennen noosfääriä, ilman sitä ei olisi noosfääriä. Ja juuri sen takia noosfääri voi eriytyä biosfääristä sairaalloisella tavalla, kuten on käynyt, koska se on evoluutiossa sen yläpuolella. Biosfäärikin voi eriytyä noosfääristä, jos noosfääri tuhoaa itsensä, niin biosfääri kyllä jatkaa; mutta se ei ole patologista, vaan se on osa luonnollista elämää (Wilber 2000a, 392.)

Biosfääri ja noosfääri ovat siis eriytyneet, mutta ne ovat myös joiltain osin päätyneet täysin toisistaan irrallisiksi eli, ikään kuin, ne olisivat ottaneet avioeron toisistaan; joka on johtanut luonnon raiskaamiseen – ja nyt tarvitaan biosfäärin ja noosfäärin re-integraatiota – eli uudelleennaittamista; uudella tavalla; tavalla, joka on ehkä vielä hieman mystinen (*unio mystica*). Modernit valtiot ovat rakentuneet rationaalisuuden varassa, mutta ne ovat nyt törmänneet omiin sisäisiin ristiriitoihin ja rajoituksiin. Esimerkiksi suora kansalaisdemokratia ei ole lisääntynyt viimeisen sadan vuoden aikana, vaikka ihmisten yksilöllisyys ja koulutustaso ovat ottaneet isoja harppauksia eteenpäin. Näin käy aina tietoisuuden portailla – uusi taso tuo mukanaan uudet entistä kompleksimmat ongelmat, ja ne voidaan ratkoa vain korkeammalta tietoisuuden tasolta asiat *nähtynä* – eli menemällä evoluutiossa eteenpäin.

#### 4.4.2 Visioita ja logiikkaa?

*“The best reason to think that there could be a better future is the fact that we know just how bad the future could be.”*

- Jonathan Safran Foer -

Tätä työtä kirjoittaessa – ja lukijan yrittäessä ymmärtää – on pyrittävä nimenomaan *visiologiseen* näkemykseen. Käytännössä on siis pidettävä useita eri tasoja ja näkökulmia yhtäaikaan mielessään, ja *visioitava* kuinka ne limittyvät ja lomittuvat toisiinsa. Siinä missä, ”tavanomainen” rationaalisuus helposti päättää ehdottomammin, mikä on oikein ja väärin – vaikkakaan ei yhtä musta/valkoisen ehdottomasti kuin myyttisyys - niin visiologisuus näkee ristiriitojen taakse, pystyy yhdistämään vastakohtaisuuksia – *aperspektiivisesti* eli vailla yhtä näkökulmaa - ollen samalla dialektista sekä ei-lineaarista. (Wilber 2000a, 190–191.)

Tätä *visiologista* tietoisuutta eli rationaalisuuden korkeampaa muotoa, joka on nopeasti lisääntymässä meidän aikanamme, on kutsuttu monella nimellä; kentaaurinen, eksistentiaalinen, dialektinen, planetaarinen, verkosto-looginen, integraalis-aperspektiivinen (Wilber 2000a, 192):

*Kentauri*han on myyttinen ihmis-yläosan ja hevos-alaosan omaava hahmo, joka symboloi tässä yhteydessä, sitä kuinka biosfääri ja noosfääri ovat integroituneet. Tämä tietoisuuden taso on *eksistentiaalinen* siinä suhteessa, että kun ihminen näkee kaiken suhteellisuuden, niin postmodernin elämän runsaudenpulan vaihtoehtojen suhteen voi alkaa ahdistamaan, ja jos ei ihmisyksilön oleminen ole juurtunut millään tavalla henkisyteen, niin elämä voi jopa muuttua merkityksettömän oloiseksi. Se on *dialektinen* siinä mielessä, että tällä tasolla ensimmäistä kertaa olemme – parhaimmillamme - *todella* kykeneväisiä kuuntelemaan täysin toisenlaisia näkökantoja, ja jopa paljon alempia elämänmuotoja eli suhtautumaan kunnioittavasti luontoon. Se on *planetaarinen* siinä suhteessa, että ensimmäistä kertaa koko planeettamme hyvinvointi voidaan asettaa etusijalle – *ego-* tai *etnosentrisyyden* sijaan. Tämä on *verkosto-loogista* siinä mielessä, että kaikenlainen verkostoituminen ja yhteisöllisyys on enenevässä määrin kaiken toiminnan kehittymisen elinehto – ja tähän liittyen voisi mainita, että

esimerkiksi *world wide web* on *Kosmoksen* ulkoisen eli oikean puolen ilmentymä *Kosmoksen* ylävasemman tälle tasolle kehittymisestä (ks. liite 1). Se on *integraalis-aperspektiivinen*, siinä mielessä, että tältä tasolta käsin nähdään yhtä aikaa useita eri perspektiivejä, mutta mitään niistä ei pidetä lopullisesti ja ehdottomasti parhaana, vaan sen sijaan, näitä eri perspektiivejä yritetään integroida *visio-loogisella* tavalla - joka vaatii visionäärejä. (Wilber 2000a, 192–197.)

Uusi taso aina syntyy irtautumalla siitä minkä päälle se on rakentunut, mutta samalla sisällyttäen itseensä sen, minkä päälle on itsessään rakentunut. Jos uusi taso irtautuu väkivaltaisesti vanhasta, syntyy patologioita - ja tarvitaan integraatiota korjaavana liikkeenä. Mutta integraalis-aperspektiivinen tietoisuus ei takaa, että fysiosfäärin, biosfäärin ja noosfäärin integraatio onnistuu – sillä on vain potentiaali tähän integroimiseen. Se, että onnistuuko tämä integraatio riippuu yksilöistä ja niistä konkreettisista toimista joita teemme. (Wilber 2000a, 196–197.) Kaikki lähtee liikkeelle siis yksilöistä, joten seuraavaksi katsomme tarkemmin tietoisuuden tasoja yksilötasolla. Mutta sitä ennen, muutama sana menneiden aikojen romantisoinnista.

Menneiden aikojen romantisoinnissa on yleensä aina yksi *iso ongelma*: Menneistä ajoista otetaan ne hyvät puolet - ja verrataan nimenomaan niitä nykyajan huonoihin puoliin. Silloin menneet ajat väistämättä tahtovat näyttää kultaisilta. Silloin menneet ajat väistämättä tahtovat näyttää kultaisilta. Ekoromantikkojen haikailu ”menetettyyn paratiisiin” on tästä hyvä ja kattava esimerkki: Ensimmäinen pysäkki matkalla menneisyyteen, jota on ”ikivihreitä” aikoja takaisin kaivattaessa käytetty, on keskiaika eli aika ennen kollektiivista rationaalisuutta - aika ennen ns. modernia. Tuon ajan kulttuuria on luonnehdittu mm. ”orgaanisesti saumattomaksi yhteiskunnaksi”. Ja toki maailmassa oli silloin enemmän ”luontoa” ja vähemmän ”kulttuuria”, jonka lieveilimiönä ovat mm. saasteet; ja toki elämä joiltain osin oli yhteisöllisempää, koska maatalousyhteiskunnassa näin on välttämättömämpää verrattuna teolliseen yhteiskuntaan. Toisaalta silloin oli tavallisen kansan siedettävä myös enemmän kuninkaiden ja paavin dominointiin perustuvia hierarkioita sekä hypermaksuliinista, tuomitsevaa ”jumalaa”, jonka pelossa elettiin. (Wilber 2000a, 473–474.)

Seuraava pysäkki ajassa taaksepäin on ollut kaikista suosituin ihannoinnin kohde modernina aikana eli antiikin Kreikka; ihmisen yhteisöllisyyttä ja harmoniaa, jossa

ajattelu, tunne, moraali ja aistillisuus olivat yhtä, kuten erityisesti renesanssin aikana ajateltiin. On tervettä kuitenkin muistaa, että yksi kolmasosa miehistä oli orjia – ja käytännöllisesti katsoen kaikki naiset. (Wilber 2000a, 474–475.) Platonin aikaan naiset olivat yleensä käytännössä miestensä omaisuutta – yhteisöt ja yhteiskunnat olivat hyvin patriakkaalisia. (Naisen asemaa tarkastellessaan itse Platon on aikaansa edellä sananmukaisesti tuhansilla vuosilla.) Niin, ja vammaisena syntyneet lapset vain yksinkertaisesti tapettiin. (Saarinen 1985, 48; Reeve 1988, 217; ks. esim. *Valtio 455a-d*).

Ajankohtaisena huomiona, tuohon viimeiseen; ”lapsensurma” on lainopillinen termi henkirikokselle, jossa Suomen rikoslain mukaan nainen ”synnytyksestä johtuvassa uupumuksessa tai ahdistuksessa surmaa lapsensa” (21. luku, 4 §). Saman lain mukaan tällaisesta teosta on määrättävissä huomattavasti vähäisempi rangaistus kuin ”murhasta”, ”taposta” tai ”surmasta” - jotka ovat myös lakitermejä. Taustalla on ajatus, että vastasyntynyt äiti on toistaiseksi osin syntyneessä tilassa. Ja juuri toissa viikolla (viikko 16, 2012) luin iltapäivälehdestä, kuinka tätä pykälää oli sovellettu, kun äiti oli tappanut kaksi lastaan, joista kumpikaan ei ollut enää ihan vastasyntynyt. Tätä voisi pitää tuomarin osalta aika alhaisen tieotisuuden tason toimintana, muistumana eurooppalaisenkin ”sivistyksen” menneisyydestä, kun oman lapsen saa tappaa jopa minimaalisin rangaistuksin, vaikka teko itsessään täyttäisi, hengenriistoista pahimpana pidetyn eli, murhan kriteerit.

Joka tapauksessa, jos matkaamme vielä ajassa taaksepäin, niin löydämme ekofeministien ”paratiisin” eli ”matriarkkaalisen” puutarhaviljely-yhteiskunnan, jolloin ajatellaan miesten ja naisten olleen luonnostaan tasa-arvoisia – jonka ansiosta ”oli kaikki paremmin” tähän päivään verrattuna. Samaan hengen vetoon on kuitenkin hyvä lisätä, että puolet yhteisöistä pitivät käytäntönään morsianten myyntiä sopivaan hintaan; ja noin puolet heimoista olivat alati sotajalalla; sekä ”jumalia” lahjottiin aika yleisesti ihmisuhreilla. Ja ekomaskuliinikoille maanviljely yleensäkin oli ”paratiisin” loppu. He vievät sen niin kauas, kuin mahdollista, niin, että pystytään silti puhumaan ”ihmisistä” (*homo sapiens*). Mutta kaikki täytyy kertoa hyvin idylliseen sävyyn, jotta ”paratiisi” voidaan nähdä omassa mielessä: Tavallinen päivä koostuu luonnossa samoilusta, miesten välisestä yhteisöllisyydestä metsästyksen lomassa, jonka jälkeen palataan kotiluolaan, jossa alati raskaana olevat naiset odottavat nuotion ääressä jne. Mutta ei

sovi unohtaa, että samaan aikaan ihmisen keski-ikä oli 22,5 vuotta, yksi kolmesta vastasyntyneestä heitettiin menemään - ja yli puolet heimoista olivat jatkuvassa sotatilassa. (Wilber 2000a, 475–476; ks. esim. Morris 1996.) Eli ”kelloa ei kannata yrittää siirtää taaksepäin”; eikä se evoluution vääjämättömän ja sisäänrakennetun eteenpäin menevän luonteen takia olisi mahdollistakaan.

#### 4.5 Tietoisuuden tasot yksilötasolla

*"No problem can be solved with the same level of consciousness that created it!"*

- Albert Einstein -

Jokainen uusi - uutta luovasti emergentti - sisäinen eli *Kosmoksen* ylävasemman *holoni* ylittää aiemman - sisällyttäen samalla itseensä aiemman (ks. liite 1). Näin ollen, sillä on potentiaalisesti käytössään alempien *holonien* informaatio, joiden päälle tämä uusi on rakentunut. Silloin, kun integraatio tapahtuu terveellä tavalla, tämä uusi taso ei peitä aiempia tyystin näkymättömiin, vaan luo uudenlaisen sisäisen virtauksen, jonka käyttövoimana on tarvittaessa yhä myös se kaikki vanha. Täten, jokainen uusi taso tietoisuudelle on uudenlaisen sisäisen maailman luomista; eli se ei ole pelkästään uuden löytämistä jo olemassaolevasta maailmasta. (Wilber 2000a, 119.)

Sekä *Kosmoksen* oikea että vasen ”käsi” sisältävät tärkeitä totuuksia, koska jokaisella *holonilla* on ilmentymänsä *Kosmoksen* jokaisessa neljässä kulmauksessa (ks. liite 1). Karkeimmillaan reduktionistit eivät usko mihinkään ylävasemman ilmiöihin - eikä ainakaan niihin korkeampiin. (*Reduktionsimi* on katsomus, jonka mukaan tietyn alueen ilmiöt tai käsitteet voidaan palauttaa tiettyyn toiseen alueeseen - esimerkiksi biologiset käsitteet fysiikan käsitteisiin.) Ja koska *holonille* löytyy korrelaatit jokaisesta neljästä kulmauksesta voidaan *positivistinen* redusointi tehdä vakuuttavan oloisesti. (Wilber 2000a, 139.)

Esimerkki redusoinnista: *Minulla* on ajatus. Se tapahtuu minulle. Tämä ajatus-*holoni* on yläoikean ”kielellä” muutos aivofysiologiassa. Tämä muutos voidaan kuvailla objektiivisin termein (*Kosmoksen* oikean ”käden” SE-kielellä): *”there was a release of norepinephrine between the neural synapses in the frontal cortex, accompanied by high altitude of beta-waves* (Wilber 2000a, 139).” Kaikki tämä on totta, ja sen avulla voidaan saada tärkeää tietoa, joka auttaa ihmiskuntaa. Mutta *minä* en kokenut ajatusta

tuolla tavalla. Ajatukseni sisälsi mahdollisesti käsitteitä, mielikuvia tunnelatauksia - ja niiden monimutkaisiakin yhteenliittymiä - jotka koin *ahaa*-elämyksenä. Ja tästä *ahaa*-elämyksestä *sinä* et voi saada tietoa mittaamalla; voit saada tietoa siitä vain, jos minä kerron siitä sinulle eli jos *me* käymme *dialogia*. (Wilber 2000a, 139.)

”Aivot” ovat siis sitä lokaation omaavaa ulkoista eli *Kosmoksen* oikeaa puolta, ja ”mieli” taas tässä työssä viittaa siihen sisäiseen ”vasempaan puoleen” (ks. liite 1). Voimme laittaa ihmisen empiiriseen valheenpaljastuskokeeseen, mutta jos hän on ensin ”onnistunut” valehtelemaan itselleen tai tulkinnut itseään väärin, niin koe kertoo valheellisesti, että hän puhuu totta. Nämä kaksi *Kosmoksen* eri aluetta, jotka toki täydentävät toisiaan, ovat siinä määrin erilaatuisia, että niillä on erilaiset kriteerit validiteetille. Sen lisäksi, että on yksilön sisäinen ja ulkoinen, niin on myös *Kosmoksen* kaksi alakulmausta eli kulttuurinen ja sosiaalinen. Sinun on ymmärrettävä minun kieltäni, jotta voit ymmärtää, kun selitän sisäistä kokemustani. Jos jonkun yksilön *ajatus* ei kulttuurisesti sovellu sinun toimintakentällesi, niin kyseessä saattaa olla, että olet törmännyt ihmiseen, joka on korkeammalla tietoisuuden tasolla oleva henkilö; tai hän on nero, jollain tietyllä alalla eli jollain tietoisuuden linjalla; tai hän on psykoottinen. Täten tarvitaan intersubjektiivisuutta. (Assagioli 2006a, 20; Wilber 2000a, 143–144; ks. myös esim. Soininen 1995.)

*Kosmoksen* ylävasemmalla, jota kutsutaan mm. mieleksi, tietoisuudeksi ja tajunnaksi, ei siis ole selkeää lokaatiota, kuten esimerkiksi aivoilla, jotka ovat merkittävän ajattelevan mielen ilmentymä *Kosmoksen* yläoikeassa eli mitattavissa olevassa maailmassa (ks. liite 1). Erilaiset laadullisesti tulkitsevat psykologiset mallit, opit ja terapiat eroavat siinä, että kuinka syvälle – tai korkealle – ne menevät tulkinnoissaan ja metodeillaan. *Kosmoksen* ylävasen siis muodostaa spektrin kehityopsykologisista yksilön tietoisuuden tasoista. Kulutturis-sosiaalinen *kriittinen massa* eli ihmisten enemmistö toimii, kuin magneetti suhteessa yksilönkehitykseen eli jos olet keskimääräistä alemmalla tasolla, se vetää sinua ylöspäin. Jos taas olet keskimääräistä korkeammalla tasolla – tai pyrit siihen suuntaan - sillä on taipumus vetää sinua alaspäin. (Wilber 2000b, 127, ks. myös Assagioli 2006a, 20; Daniels & Gardner 2000.)

Mutta tietoisuuden tasojen *holarkiaan* liittyy eräs äärimmäisen tärkeä huomioonotettava seikka ihmisen monitasaisuuden vuoksi; eli mitä korkeampi *holoni*, sitä kompleksimpi



rakenne. Nimittäin ihmisyksilö usein antaa vastauksistaan, dialogissaan ympäröivän maailman kanssa, noin puolet yhdeltä tietoisuuden tasolta käsin – tämä eniten edustettuna oleva taso toimii minäsystemin tukipisteenä – sillä hetkellä. Ja samalla mahdollisesti neljäsosan jo seuraavalta ylemmältä tasolta sekä jäljelle jäävän neljäsosan alemmilla tasoilla. Yksikään yksilö ei siis ole staattisesti vain ja ainoastaan yhdellä tasolla kerrallaan toimijana/minuutena tässä monimutkaisessa maailmassa. Eri syistä - yleensä menneisyyden muodostamasta psyykkis-emotionaalisesta painolastista ja kulttuurin ehdollistamisesta - johtuen, meille tapahtuu ajoittain regressiota alaspäin. Ja toisaalta taas, evoluution emergenssistä luonteesta johtuen voimme kokea muuntuneita tajunnan tiloja – periaatteessa hetkenä minä hyvänsä - jolloin pääsemme ikään kuin kurkistamaan korkeampia tasoja. (Wilber 2000b, 134–136; ks. myös Assagioli 2006a.)

Transpersoonallisen psykologian länsimainen pioneeri Roberto Assagioli (2006a, alunp. 1932) on painottanut, että henkisestä kehityksestä on tullut vaikeampi ja monimutkaisempi prosessi johtuen modernin ajan ihmisten tiedollisesta valistuneisuudesta, kriittisestä mielenlaadusta ja yleensäkin nykyajan aistimaailman rusnaudensarven muotoilemista hyvin komplekseista persoonallisuuksista. Toisaalta taas, tämän kehittyneisyyden ansiosta nykyaikana on mahdollista kokea paremmin tasapainossa oleva prosessi tietoisuuden tasoja noustessa, koska nykytiedon valossa on mahdollista ottaa huomioon ihmisen kaikki puolet paremmin ja täyteläisemmin – vailla tukahduttamista. Ja koska ihminen on nykyään niin monimuotoinen yksilöllinen olento, on tämäkin esitys kaikessa pituudessaan vain hyvin yleisluontoinen esitys henkisestä kehityksestä eli tietoisuuden tasojen jatkumosta. Todellisuudessa yksilölliset erot voivat olla niin valtavia, ettei niitä voi kirjallisesti, kaiken kattavasti, esittää. (Assagioli 2006a, 16–18.)

Tätä seuraavaa ei siis voi painottaa liikaa; kyseessä on tosiaankin virtaava ja hyvin ”nesteellinen” prosessi, vaikka porrasmaisista tasoista puhutaankin. Ja aina ihmiskokonaisuuden muodostamassa minäsystemistä voi vaikeiden kokemusten tai kulttuurin vahvan ehdollistamisen takia jäädä eräänlaisia alempia tietoisuuden tasoja edustavia ”möykkyjä” koteloituneina minäsystemiin, jotka sitten aktivoituessaan tietynlaisissa stressaavissa tilanteissa saavat aikaiseksi alemman tietoisuuden tason käytöstä. Ja lähes kaikilla ihmisillä on tällaisia kovien kokemusten jälkeensä jättämiä *varjoja*, joista on päästävä eroon jollain terapeuttisella tai muulla itseä eheyttävällä

tavalla, jotta ne eivät toimisi henkisen kehityksen esteenä tai hidasteena. (Wilber 2000b, 134–136; Assagioli 2006a, 18.)

Mutta varjoista huolimatta, ihminen voi kokea muuntuneita tajunnan tiloja – erilaisia henkisiä kokemuksia – jotka voidaan tulkita monella tavalla. Näitä muuntuneita tajunnan tiloja - jolloin saadaan esimakua korkeammista tietoisuuden tasoista - voidaan kokea millä tasolla tahansa - ja periaatteessa milloin tahansa. Mutta tietynlaiset meditatiiviset harjoitukset ja tietoisuustaidot voivat edesauttaa todenäköisyyttä niiden kokemiseen. Ja toiset ihmiset ovat yksinkertaisesti alttiimpia kokemaan muuntuneita tajunnan tiloja kuin toiset – kai, voisi sanoa, että toiset vain ovat tällä tavalla lahjaakkampia kuin toiset. Ja näitä tiloja voi siis tulla vastaan hyvin monella tavalla; ykseyden kokemuksina, ympäristön näkemisenä eri tavalla kuin tavallisesti, rakkauden ja kauneuden tunteina, unenkaltaisina tiloina ja jopa psykkooottisina tiloina - ne voivat olla kokijalleen joko miellyttäviä tai jopa pelottavia kokemuksia. Ja usein rationaalinen selitys niille on jonkinlainen “mielenhäiriö”. Joka tapauksessa, ne voivat ”kuin salamaniskusta” muutta ihmisen elämän suuntaa kerralla - tosin ei tietenkään läheskään aina. (Wilber 2000a, 137; Assagioli 2006a.)

Karkeana havainnollistavana esimerkkinä voidaan sanoa, että jos oletetaan ihmisellä olevan sata (100) yksikköä potentiaalia. Pieni kymmenen yksikön *möykky* jää moraalisella kehityslinjalla, jonkin traumaattisen kokemuksen takia, varhaislapsuuden arkaaiselle tasolle. Näin ollen, tämän yksilön kehittyessä läpi tavallisten operationaalisten tasojen 10% hänestä vetää häntä arkaaisten toiveiden, impulssien ja tulkinnan suuntaan. Ja jossakin riittävän paljon alkuperäisen trauman aiheuttanutta tilannetta muistuttavassa tilanteessa, tämä 10% sattaa ottaa hänessä hallinnan, jolloin hän ainakin hetkellisesti käyttäytyy täysin ”arakaaisesti”. Ja kehittyttyään rationaaliselle tasolle eli ns. tavalliseksi aikuiseksi hänellä on, ehkä osittain tuon alkuperäisen möykyn takia, saattanut jäädä jo esimerkiksi 40% joillekin rationaalista alemmille tasoille, jotka koko ajan vievät osan hänen energiastaan, hänen yrittäessä toimia rationaaliselta tasolta käsin sosiaalisesti hyväksyttävällä tavalla – ja mahdollisesti vieläpä tietoisesti kehittyä inhimillisenä ihmisenä. (Wiber 2000b, 140–141, ks. myös Assagioli 2006a.)

Toden totta, energiaa ne repressiiviset möykkyt konkreettisesti vievät, sillä ne vaikuttavat yksilössä koko ajan alitajunnan tasolla ja tiedostamattomasti, jonka takia hänelle on

mahdollisesti syntynyt kasapäin defensessejä, jotta voimme toimia maailmassa kuin ”normaalit aikuiset”. Ja tässä vaiheessa on hedelmällistä ”*integroida Freud ja Buddha*” eli länsimaiset psykodynaamiset, ja muut toimivat vaihtoehtoiset, psykoterapeuttiset menetelmät jotka työstävät varjomateriaaliaamme; ja enimmäkseen itämaissa syntyneet meditatiiviset perinteet, jotka voivat viedä meitä tavallista rationaalista tasoa korkeammalle – ja syvemmälle kuin länsimaisella ”syvyyspsykologialla” on vielä tavoitettu. *Kosmoksen* oikean puolen kehittymisen myötä maailman ”pientynyt” (ks. liite 1); ja puolestaan sen myötä meillä on ensimmäistä kertaa historiassa käytettävissämme molemmat puolet maapallostamme, sekä itä että länsi. (Wilber 2000b, 140–141; Assagioli 2006a, 2006b.)

Tähdennän kuitenkin, että *holarkiat(kin)* – missä tahansa muodossa ne esiintyvään - voivat muuttua patologisiksi eli sairaalloisiksi. Korkeammat, kehittyneemmät tasot voivat aina päätyä ylidoiminoimaan ja tukahduttamaan alempia tasoja(an); joiden varaan se on itse rakentunut, mutta lisäten niihin luovasti jotain *extraa*. Ja patologisuus voi esiintyä samalla tavalla sekä yksilö- että kollektiivisella tasolla – esimerkiksi syöpäsolut tukahduttavat terveitä soluja; tai ihminen ylidoiminoi luontoa tavalla, joka muistuttaa jo hidasta itsemurhaa. Sairauden hoitokeino on kaikissa syteemeissä ja kaikilla tasoilla periaatteessa sama: on eliminointava patologiset *holonit* (esim. syöpäsolut) niin, että holarkia suurempana kokonaisuutena (esim. ihmisyksilö eli minäsystemi) voi palata tasapainoiseen tilaan. (Wilber 2000a 30.)

Tätä samaa myös Platon kuvaa luolavertauksessaan (*Valtio, Kirja VII*). *Ideoiden* maailma muodostaa Hyvän idean mukaisesti rakentuneen hierarkkisen järjestelmän. Vaikka *ideoiden* järjestys sinänsä on hyvä - ja jopa täydellinen – niin toiset *ideat* ovat relatiivisessa mielessä parempia kuin toiset. *Ideoiden* maailma ei ole kuitenkaan staattinen; koska se on jumalallisen tiedon (*episteme theia*) kohteena, se on ”*vaikutuksen alaisena ja liikkeessä*” eli evoluutio jatkuu. (Pitkänen 1994, 28; Marion 2000, 151; *Sofisti* 248e.)

Eläminen kauneuden ideaalin mukaan on eettisesti korkeinta elämää, jonka päämääränä on ymmärtää paremmin Hyvän idean eri ilmenemismuotoja. Platon esittää useassa yhteydessä, ettei ihminen suinkaan helposti päädy tällaisen elämän etsimiseen. Itse asiassa, tällaista elämää varten on opittava omat taitonsa. ”Lyhyt tie” on jonkin

yksittäisen, spesifin taidon oppimista, sen taidon itsensä vuoksi – tai esimerkiksi elannon ansaitsemisen takia. Mutta paras tapa tulla filosofiksi on kulkea ”pitkä tie”, jonka varrella tulee ymmärtämään yksittäisiä taitoja yleisemmän tavan hallita todellisuutta – joita kutsun tässä työssä yleisnimikkeellä ”tietoisuustaidot” - ja lisätä siihen oman osansa mahdollisimman hyvin. (Varto 1993, 131.)

Tietoisuuden tasojen rinnalla on olemassa erilaisia luonteenlaatuja ja/tai erilaisia temperamenttityyppejä. Luonteenlaadut ja temperamenttityypit asettavat meille tiettyjä reunaehdoja käyttäytymisen suhteen. Me yksilöinä voimme valita käyttäytymismalleja vain tiettyjen rajojen sisäلتä eri tilanteissa. Joku käyttäytymismalli eivät vain ole jollekin yksilölle yksinkertaisesti edes olemassa hänen mahdollisuutenaan, vaikka hän saattaa nähdä ympärillään jonkun toisen käyttäytyvän sen mallin mukaan. (Reeve 1988, 256.)

Esimerkiksi ihminen joka ei ole koskaan laulanut julkisesti tuskin laulaa spontaanisti ihmisten läsnäollessa, jos ei hänessä ensin tapahdu jotakin aika merkittävää sisäistä muutosta – joka siis aina tietysti on mahdollista, mutta silloin hän on muuttunut sisäلتä laadullisesti hieman uudenlaiseksi tyyppiksi, verrattuna aiempaan. Ihminen, joka tuntee myötätuntoa kaikkea elävää kohtaan ei yksinkertaisesti voi syödä eläintä, muuta kuin mahdollisesti hätätilanteessa, jossa on kyse omasta selviytymisestä. Kun on kyse ”elämästä-ja-kuolemasta” ihminen voi saada – tai ottaa tietoisesti - käyttöönsä alempien tasojen käyttäytymismallit hengissä säilymisen takaamiseksi. Eli toimintatavan valintaa ja luonteenlaadun kehittämistä ei kannata sekoittaa keskenään.

Seuraavassa käydään läpi yksilön kehityspsykologiaa yhdistäen jatkumoksi länsimaista kehityspsykologiaa ja itämaista henkistä kehitystä. Näitä tietoisuuden tasoja kuvaavasta terminologiasta: Piaget (1977) jakaa kaikki merkittävät kognitiiviset kehitystasot kahteen alatasoon (esimerkiksi varhais- ja myöhäisesioperationaalinen), ja saman suuntaisesti seurataan tässäkin tuota alkuperäistä tapaa. Ja koska Wilber (2000a) on yhdistänyt Gebserin (1985) yleisiä maailmankuvia valaisevat termit *arkaaisesta mentaaliseen* myös yksilön kehitykseen – ajatuksena, että nämä ovat olennaisella tavalla ihmiskunnan kollektiivisia vastineita yksilönkehityksen eri vaiheille – esiintyvät Gebserin termien vastineet Piaget’n termien rinnalla.

Näin saamme siis jatkumon: (1) varhainen ja myöhäinen sensorimotorinen eli arkaainen

ja arkaais-maaginen; (2) varhainen ja myöhäinen esioperationaalinen eli maaginen ja maagis-myyttinen; (3) varhainen ja myöhäinen konkreettisationaalinen eli myyttinen ja myyttis-rationaalinen, (4) varhainen ja myöhäinen formaalisanationaalinen eli rationaalinen ja rationaalis-visiologinen jne. Nämä nimet ovat omalla tavallaan mielivaltaisia; mutta ne kuvaavat todellisia tasoja (jotka kuitenkin ovat enemmän tai vähemmän liukuvia ja ”eläviä”), mutta jotka perustuvat todellisiin, meditatiivisten perinteiden parissa tehtyihin, empiirisiin ja fenomenologisiin tutkimuksiin. Ja nämä nimet auttavat myös hahmottamaan jotakin olennaista kustakin kehitystasosta. (Wilber 2000a, 223.)

Kun olemme käyneet läpi nämä länsimaaisen psykologian piiristä löytyvät tasot, niin käymme vielä länsimaista kehityspsykologiaa syvemmälle ja korkeammalle käyttäen kontemplatiivisia perinteitä eri puolilta maailmaa, jotka kertovat meille halki vuosisatojen korkeammista, mutta harvinaisemmista, ns. transpersoonallisista tietoisuuden tasoista, joita kutsumme Wilberia (2000a, 2009) seuraten (1) psyykkiseksi-, (2) heinosyiseksi-, (3) kausaaliseksi ja (4) ei-dualistiseksi tietoisuuden tasoksi. Koko tämän jatkumon voisi yksinkertaistaen – mutta havainnollistavasti - jakaa myös kolmeen päävaiheeseen eli esirationaalinen, rationaalinen ja transrationaalinen. (ks. myös Marion 2000.) Koska kirjoitan tätä Turussa, niin turkulaisittain voisi visiologisesti sanoa, että transrationaalinen on *”täll’ puolell’ jokkee”*, ja prerationaalinen *”tuoll’ puolell’ jokkee”*... Visiologinen tietoisuus nimenomaan on siinä välissä – nähden molemmat rannat yhtä aikaa. Assagiolia (2006a, 21) mukaillen *”näemme kaiken kahtena”*. Eli yhtä aikaa kaiken sekä *ihmeellisenä*, että *”ei-niin-ihmeellisenä”*.

#### 4.5.1 Sensorimotorinen eli Arkaainen ja arkaais-maaginen tietoisuus

*”Pieni lapsi on täysin itsekeskeinen - ei siten, että hän ajattelisi itsekkäästi vain itseään, vaan pikemminkin päinvastoin, hän ei kykene ajattelemaan itseään. Itsekeskeinen lapsi ei pysty erottamaan itseään muusta maailmasta; hän ei ole erotellut itseään toisista tai itseään esineistä... Ihmisen kehityksen koko kulku voidaan nähdä olevan itsekeskeisyyden jatkuvaa vähenemistä... ”*

- Howard Gardner -

Ensimmäisen elinvuotensa aikana ihmisen voi sanoa olevan on hyvin materiaalinen. Vauva on fysiosfäärin pauloissa eli fysiokeskeinen. Vauvan ei ole helppoa erotella subjektia ja objektia, itseä ja ympäristöä – eli vauva on omalla tavallaan hyvin itsekeskeinen. Vauvan minuus ja ympäristö – erityisesti äiti - ovat vauvan näkökulmasta katsottuna, primitiivisellä tavalla, vielä eriytymättä ja vauva elää eräänlaisessa *primaarimatriisissa* (eli luonnollisen kehityksen perustana oleva tila; eräänlainen ihmisen muotti, jonka päälle rakennetaan ”ihmisyys”). (Wilber 2000a, 219.)

Psykoseksuaalisesti puhutaan oraalivaiheesta, koska vauva tutkii maailmaa suun avulla; yksinkertaistaen voisi sanoa, että se haluaa maistaa kaikkea – haluaa maistaa elämää. Joskus neljännen ja yhdeksännen kuukauden iässä fyysinen kehominä alkaa todella eriytymään ympäristöstä ja tapahtuu eräänlainen yksilön *kehon* uusi syntymä, joka on ihmisen *henkisen kehityksen* ensimmäinen merkittävä askel, ensimmäinen eriytymisvaihe. Tällöin siis siirrytään varhaisesta myöhäiseen sensorimotoriseen, jolloin tapahtuu eräänlainen tietoisuuden tukipisteen muunnos. Huomataan esimerkiksi, että oman peukalon pureminen sattuu, mutta peiton pureminen ei satu. (Wilber 2000a, 219; Piaget & Inhelder 1977, 13-28; Berger 2004, 172-173.)

Kaikilla tietoisuuden tasoilla minuuden osittainenkin jumiutuminen voi myöhemmin tuottaa ko. tasoa vastaavia psyykkisiä häiriöitä. Yleistäen ilmaistuna, mitä

varhaisemmasta vaiheesta ongelman aiheuttava jumiutuminen on ”kotoisin”, niin sitä vaikeammasta ongelmasta on kyse. Mikäli minuus epäonnistuu ensimmäisessä kehityksen kannalta välttämättömässä eriytymisessään eli jää jumiin primaarimatriisiin, hän on avoinna *adualismiksi* kutsutulle tilalle, joka on yksi psykoosin tärkeimmistä tunnuspiirteistä. (Adualismi ei ole sama asia kuin *ei-dualismi*, joka taas kuvaa korkeinta mahdollista tietoisuuden tasoa – tai täyteläisintä tajunnan tilaa.) Ja näin ollen monet kaikista vakavimmista patologioista – psykoosi, skitsofrenia, vakavat affektion häiriöt – pohjautuvat tämän varhaisvaiheen käännekohtaan. (Wilber 2000b, 147–148.)

Kuten sensorimotoriseen vaiheeseen, myös psykoosiin liittyy vakava todellisuuden vääristyminen; jota leimaa erityisesti adualismi eli kyvyttömyys määritellä minuudelle psyykkisiä, tai edes fyysisiä, rajoja. Usein esiintyy myös hallusinatorisia primaariprosessiin kuuluvia mielikuvia ja ajatuksia eli harhoja. Tietoisuutta ei kyetä asettamaan fyysiseen kehoon, jolloin ajatukset itsestä ja toisista voivat sekoittua. Tilaan saattaa joissain tapauksissa virrata myös transpersoonaallisia korkeamman tason muuntuneita tajunnan tiloja, mutta niitä ei yksilö osaa tulkita millään rakentavalla tavalla – kuten ei yleensä myöskään hoitohenkilökunta, vaan ne yksisilmäisesti kuitataan harhoina muiden joukossa. (Wilber 2000b, 147–148; ks. esim. Multimäki & Venna 1988, 228-229.) Näihin ongelmiin voi saada apua intensiivisestä regressioterapiasta ja metodeista, jotka rauhoittavat fysiologisesti (Wilber 2009, 249). Käytännössä niitä yleensä hoitaa *lääketieteellisesti* koulutettu psykiatri, joka määrää *lääkkeitä* (Wilber 2009, 275).

Menen tässä nyt hieman asioiden edelle, koska harhat – radikaaleimmassa muodossaan – ovat nousseet tässä esille. On erittäin hyvä huomata; että itse asiassa aina, kun meillä on kielteisiä tunteita jotakin ihmistä kohtaan, *elämme harhassa*. Ihmisyksilö itse on se, jonka on muututtava matkalla kohti *hyvää elämää*. Tulen tätä avaamaan jatkossa lisää, että miksi näin on. (ks. esim. de Mello 2009, 46; Tolle 2007.)

#### 4.5.2 Esioperationaalinen eli Maaginen ja maagis-myyttinen tietoisuus

*”Köyhä ei ole se jolla on vähän vaan se joka toivoo enemmän.”*

- Seneca -

Vauva ei alkujaan ole omassa tietoisuudessaan emotionaalisesti eriytynyt muista emotionaalisista olioista; erityisesti äitiinsä (tai kehen tahansa pääasialliseen hoitajaansa) hän on erittäinkin samaistunut. Mutta noin 15-24 kuukauden iässä vauva oppii erottamaan omat tunteensa muiden tunteista, ja alkaa ns. uhmaikä. Sen oma biosfääri on jo edellisessä vaiheessa eriytynyt muusta biosfääristä; mutta nyt vauva eräällä tavalla syntyy uudestaan yksilönä - ja tällä kertaa nimenomaan psykologisena yksilönä - joka alkaa kokeilemaan rajoja. (Wilber 2000a, 224; Piaget & Inhelder 1977, 23–25; Himberg ym. 2003, 66.) Maaginen kuvaa osuvasti tätä vaihetta, koska lapsi uskoo asioiden muuttavan muotoaan ”taianomaisesti” tuosta vaan, ja lasten leikki tapahtuu paljolti tässä ”mielikuvitusmaailmassa”. Lapsi vetää syy-seuraussuhteita hyvin suoraan havainnoimiensa asioiden välille; esimerkiksi, jos alkaa satamaan, juuri kun koira haukkuu, niin koiran haukunta ehkä aiheutti sateen. (Wilber 2009, 247–253.)

Maagisen muuttuminen asteittain maagis-myyttiseksi tietoisuudeksi tuo yhden merkittävän eron aikaisempaan yksilössä; nimittäin usko siihen, että asioita pystytään muuttamaan tuosta vain maagisesti vähenee nopeasti. Tämän muutoksen saa aikaan kaikessa yksinkertaisuudessaan konkreettinen vuorovaikutus ympäröivän maailman kanssa. Kun omat ”maagiset kyvyt” eivät enää toimi, niin lapsi siirtää maagiset kyvyt tietoisuudessaan toiseen subjektiin. Ja näin näyttämölle astuvat ”*sadat kaikkivoivat jumalat*”; esimerkiksi isän, äidin, pilven päällä istuvan henkiolennon, mielikuvituskaverin tai vaikkapa joulupukin muodossa - ja niille annetaan täysi luottamus. Tästä ihmisen maagis-myyttisestä tietoisuuden rakenteesta näyttäisi suuri osa maailman klassisista mytologioista olevan lähtöisin – siis ajalta, jolloin ihmiskunnan kriittinen massa oli kollektiivisesti maagis-myyttisellä tasolla. Esioperationaalisen



myöhäisvaiheessa lapsi on yleensä jo kehittänyt lukuisan määrän vastauksia ”kosmisiin kysymyksiin”. Nämä myytit sisältävät huomattavia samankaltaisuuksia yli kulttuurirajojen, eivätkä ne aina tule suoraan aikuisilta, vaan lapset kehittävät näitä myös ihan itse ”omasta päästään”. (Wilber 2000a, 227-228; Piaget & Inhelder 1977, 55-84.)

Länsimaisen psykologian pioneerit myyttien ja arkkityyppien tutkimuksen saralla eli Freud ja Jung olivat monessa kohtaa perusteellisesti eri mieltä asioista; mutta Freud ja Jung yhtyivät siinä, että ihmiskunnalla todella on myyttien ja arkkityyppien muodossa oleva fylogeneettinen eli suvunkehittymiseen liittyvä sisäinen perintö. ”Arkkityyppi” tarkoittaa alkumuotoa, peruskuvaa, ja sielunelämän yleisinhimillistä sisältöä – eli ne ovat platonisesti ilmaistuna yhden lajin *ideoita*. Myös Piaget yhtyi jossain määrin, tätä aihealuetta pitemmälle kehittäneen, Jungin näkemyksiin. Mutta Piaget ei näe arkkityyppien periytyvän suoraan menneiltä ajoilta ihmisen tietoisuudessa, vaan hänen mukaansa ne ovat kognitiivisten rakenteiden sivutuotteita; jotka syntyvät, koska elämme kaikki samanlaisessa fysikaalis-biologisessa todellisuudessa tässä maailmassa. Joka tapauksessa, kaikki maailman suuret mytologiat ovat - tavalla tai toisella - meissä olemassa sisäisesti tänäkin päivänä arkkityyppien muodossa. Ne ovat arkaaisten, maagisten ja myyttisten tietoisuuden rakenteiden tuotoksia, jotka elävät meidän yksilöllisessä tajunnassamme. (Wilber 2000a, 229; Piaget & Inhelder 1977, 63-65; Jung 1985.)

Noosfääri eli ”mielenelämä” alkaa ilmentyä tässä vaiheessa. Ensimmäiset mentaaliset muodot ilmaantunevat noin seitsemän kuukauden iässä ja niitä seuraavat symbolit – joista ensimmäisenä, täysin kypsänä, symbolina ilmaantuu yleensä sana ”EI”. Ja 3-4 vuoden iässä alkavat yhä moninaistuvat konseptit eli käsitteet vallata alaa ihmislapsen mentaalisisessa monimuotoistuvassa maailmassa, joka siis vaatii puheen oppimista. Sanan ”EI” ymmärtäminen, itse asiassa, sisältää pähkinänkuoressaan koko joukon sekä noosfäärin vahvuuksia että heikkouksia. Tällä sanalla minä pystyn ensimmäistä kertaa vetämään omat rajani yksilönä; ja toisaalta sitä käytetään paljon myös minuuden tukahduttamiseen. (Wilber 2000a, 230.)

*Pre/trans*-harhan mukaisesti on lapsen olotilaa monasti romantisoidaan esimerkiksi *New Age*-piireissä, jolloin sitä pidetään valaistumisen, eli korkeimpien tietoisuuden tasojen, kaltaisena tilana eli ”kadotettuna paratiisina”. Mutta näissä vauvaiän, ensin

fyysisessä ja sitten emotionaalisessa, samaistumisen tiloissa ei ole mitään syvää tai syvällistä, vaikka ne saatetaan tulkita mukavaksi holistiseksi ykseydeksi maailman kanssa. Ei-dualistisen Ykseyden sijaan tähän aikaan nimenomaan syntyy ihmisen mielessä ns. *perusdualismi* eli subjektin ja objektin välinen kuilu - jota suurin osa ihmisistä ei saa kurottua umpeen koko elämänsä aikana. Tarvitaan siis ensin eriytymistä pikkuhiljaa yksilöksi eli pre-egosta *egoksi*, mutta *eriytymistä* ei saa sekoittaa enemmän tai vähemmän patologiseen mielen tason *jakaantumiseen* tai totaaliseen *irtautumiseen*. Eriytyminen on kaiken evolutiivisen kasvun ja kehityksen välttämätön ja pakollinen osa. Tietoisuuden puute ei koskaan tarkoita ”paratiisin” läsnäoloa. Edellä mainitut romantikot sekoittavat fuusion vapauteen; mutta fuusio on tässä tapauksessa vankina olemista – olet sen vanki, mitä et ole ylittänyt. Ja ihmisistä alkaa tässä vaiheessa kehittymään *pakonomaisesti ajattelevan* mielen vankeja. (Wilber 2000b, 148–153.)

Ihmisen elämän alkuvaihe on siis tosiaankin pikemminkin äärimmäisen ”egoistinen” tai ”narsistinen” – ja yksi tietoisuuden tasojen nousun tärkein indikaattori on egosentrisyyden väheneminen. Koska vauva ei kykene erottelemaan itseään ympäröivästä elollisesta ja/tai emotionaalisesta maailmasta, se suhtautuu maailmaan itsensä jatkeena - mikä on patologisen narsismin määritelmä. Nimenomaan, aikuisen kohdalla se on patologista; mutta vauvan kohdalla osa luonnollista kehitystä. Eli vauva ei ole sanan negatiivisessa mielessä itsekäs; vaan se ei vain ole vielä kykeneväinen ajattelemaan itseään yksilönä – sen sijaan, vauvan näkökulmasta muu maailma ajattelee, tuntee ja näkee mitä hänkin. Hän, ikään kuin, leikkii näkyvää kuurupiiloa; ”*jos minä en näe sinua, et sinäkään näe minua*”. (Wilber 2000b, 148-153.)

Jos minuudesta jää liian suuri osa fuusioon tämän emotionaalisesti narsistisen tason kanssa, tai toisin sanoen eriytymisprosessia ei saada riittävästi päätökseen, niin ongelmana ovat myöhemmin narsistiset persoonallisuushäiriöt, tai niin sanotut rajatilahäiriöt. Molemmissa tapauksissa minäsystemiltä puuttuvat realistiset emotionaaliset rajat. (Lievempänä häiriönä voi nähdä ”päättämättömyden” eli ihminen ei välttämättä vielä aikuisenakaan osaa oikein luoda omaa yksilöllistä mielipidettä asioista, koska osa minuudesta on jäänyt jumiin tälle tasolle.) Sekä narsistisissa että rajatilaoireissa yksilöltä puuttuvat riittävän yhtenäinen minuuden tunne, joka on näiden häiriöiden ehkä keskeisin määrittävä tekijä. Persoonallinen *ego* kohtelee maailmaa joko narsistisesti itsensä jatkeena tai on, ”omasta mielestään”, alituisesti maailman piinaama

ja kaltoin kohteleva, jolloin on kyseessä ns. ”rajatila” (koska se osoittaa psykoosin ja neuroosin välisen rajan). (Wilber 2000b, 152–153.)

Tämä tason mielenterveydellisiin ongelmiin voi saada apua psyykkistä rakennetta vakauttavista menetelmistä, jotka auttavat haurasta minuutta eriyttämään, vakauttamaan ja rakentamaan rajoja (Wilber 2009, 249). Esimerkkejä tällaisista ihmisistä kokonaisvaltaisesti hoitavista metodeista löytyy paljon - mutta mainitakseni vain pari, joista minulla on itsellä omakohtaista kokemusta; perinteiseen intialaiseen ”lääketieteeseen” eli ayurvedaan kuuluva puhdistava panchakarma-kuuri (ks. esim. Chopra 2001) ja moderni länsimainen ”vaihtoehtoinen” keho/mieli-terapia nimeltä Rosen-hoito (ks. esim. Mayland 1992). (Sekä ”lääketiede” että ”vaihtoehtoinen” ovat tässä yhteydessä ongelmallisia sanoja: ”Lääketiede” kertoo nimensä mukaisesti, mistä siinä on kyse eli *lääkkeistä* – ei välttämättä terveydestä tai ihmisten hoitamisesta kohti parempaa elämää; mistä taas monissa ”vaihtoehtoisissa” hoidoissa on ensisijaisesti kyse. ”Vaihtoehtoisena” taas voida nähdä minkä tahansa hoitomuodon; myös länsimaisen lääketieteen ja kirurgian; jotka ovatkin, itse asiassa, monasti huonoja vaihtoehtoja, kun ihminen oikeasti haluaa tähdätä hyvään elämään.)

Esioperationaalisen myöhäisvaiheessa syntyy ns. representationaalinen eli käsitteellinen mieli tai mentaalinen minuus – mielikuvien, symbolien ja käsitteiden muodossa - eli voisi sanoa, että järjen käyttö alkaa. Minuus ei ole enää vain aistimusten, impulssien ja emootioiden kimppu, vaan se on myös symbolien ja käsitteiden koostuma. Ja tämä ajatusrakennelma muuntuu iän myötä koko ajan vain monimutkaisemmaksi eli kompleksimmaksi, kun alamme elämään siis ”kielen maailmassa” - joka tuo monia psykologisia *komplekseja* eli estoja ja pelkoja. Kun usein järkeä ja tunteita pidetään toistensa vastakohtina, niin tietoisuuden tasojen kehittymisen lähempi tarkastelu pikemminkin osoittaa, että ne syntyvät samoihin aikoihin käsi kädessä toinen toistaan tukien. (Wilber 2000b, 153–155.) Äly ja tunteet liittyvät ihmisessä elimellisesti yhteen luoden meidän perusinhimillisyytemme nimenomaan yhdessä - eli ei toista ilman toista. Toki ne esiintyvät eri ihmisissä eri suhteissa – ja ovat toisilla paremmin balanssissa kuin toisilla.

Mielikuvia alkaa ensimmäisen kerran esiintyä arvioiden mukaan noin 7 kuukauden iässä, mutta ne alkavat dominoimaan minuutta 2-4 vuotiaana eli mentaalinen minuus

syntyy ”ajattelevan mielen” muodossa. Ja ilmaistaksemme asian lievästi, niin se muuttaa tietyllä tavalla lähes koko maailmamme eli, ikään kuin, astumme ”uuteen maailmaan” eli *noosfääriin*. Sillä on puolensa ja puolensa; varjopuolena on, että tästä ajattelevasta mielestä tulee asteittain eräänlainen vankila tai luola, koska ihminen alkaa pikkuhiljaa täysin samaistumaan siihen ja ajattelusta tulee pakonomaista, eikä mieltä saada enää hiljaiseksi – tämä tila ihmisessä saavuttaa huippunsa formaalisoperationaalisella tasolla (tosin tässä työssä painotetaan, että se ei ole missään nimessä ihmisenä olemisen huippu). Ajattelevalla mielellä on toki myös valoisa puolensa; sillä se on tuottanut paljon hyvää tähän maailmaan - esimerkiksi parantaen monella tavalla ainakin elintasoamme, osin myös elämänlaatuamme - ja sen syntyminen sinänsä on olennainen osa sekä yksilön- että lajinkehitystä (mutta siitä lisää käsittelessämme formaalisoperationaalista eli rationaalista tasoa). (Wilber 2000b, 153–155.)

Kun tämä uusi kielellinen maailma eli noosfääri nimittäin astuu kuvaan, niin alkaa elämän suunnittelu ja -hallinta – tai ainakin pyrkimys sellaiseen. Nyt minuus voi ajatella mennyttä ja suunnitella tulevaisuutta – mitä se yleensä ennen pitkää päätyykin tekemään jopa täysipäiväisesti eli unohtaen täysin olemisen ja elämisen *nykyhetkessä*. Nyt minuus voi alkaa olemaan surullinen tai iloinen menneisyyden muistojen takia, tai olla innostunut tai ahdistunut odottaessaan tai pelätessään tulevaisuutta. (Wilber 2000b, 153–155.) Menneisyys toki elää meissä muistoina. Muistot sellaisenaan eivät ole ongelma; sillä niiden kautta voimme oppia, ettemme toistaisi samoja virheitä. Mutta muistoista tulee ongelma, *kun* niistä tulee käyttäytymistä rajoittavia mielen malleja ja itseään toteuttavia ennusteita. Muistot ovat ongelma, kun identiteetti elää niiden varassa liikaa, jolloin persoona on muistojen tuomitsema ja vanki. (Tolle 2005, 140.)

Ja samalla mieli voi alkaa hallitsemaan ruumiintoimintojaan ihan uudella kapasiteetilla. Ja niin ollen se voi torjua, kieltää ja erottaa alemmat impulssinsa ja viettinsä, *koska* noosfääri ylittää ja sisällyttää itseensä biosfääriin. Yksilöllisesti tästä voi kehittyä *psykoneuroosi*, ja kollektiivisella tasolla ekologinen kriisi, eli mieli voi torjua sisäisen luonnon (*libido*) ja alistaa ulkoisen luonnon (*eko*). Neuroosi tarkoittaa sitä, että minuuden torjuttua viettejään ja impulssejaan – yleensä seksuaalisia ja aggressiivisia - ne ilmenevät neuroottisina oireina erilaisissa valeasuissa ja mentaalisesti kivuliaissa muodoissa – kunhan ensin suhteellisen vakaa ja yhtenäinen mentaalinen minuus eli

empiirinen *ego* on ilmaantunut. Voisi sanoa, että jokainen neuroottinen oire on ”ekologinen kriisi” mikrokosmoksessa. Aiemmin mainituissa rajatiloissa ei vielä kohdata varsinaista torjuntaa, koska minuus ei ole riittävän vahva torjuakseen mitään. Minuus on pikemminkin täysin emotioidensa armoilla. (Wilber 2000b, 153–155; ks. esim. Multimäki & Venna 1988, 228–231.) Neuroottisten ongelmien hoitoon saa apua erilaisilla torjuttujen asioiden paljastamismenetelmillä, eli länsimaissa yleisesti psykoterapian muotona käytetyillä psykodynaamisilla terapioilla, joissa puhuminen ja kuulluksi tuleminen ovat tärkeimpinä metodeina (Wilber 2009, 249).

#### 4.5.3 Konkreettisoperationaalinen eli Myyttinen ja myyttis-rationaalinen tietoisuus

*”We want Syracusan cuisine, Sicilian-type dishes, and Attic pastries (Valtio 404d), not because we have determined that this is a sensible diet to follow, but because we developed a taste for them at our mother’s knee...”*

- C. D. C. Reeve -

Esioperationaalisella eli maagisella tietoisuuden tasolla konkreettisten fyysisten objektien manipuloinnin uskotaan *aina* muuttavan objektia. Maailma nähdään animistisena hyvin karkealla ja minäkeskeisellä eli egosentrisellä tavalla; esimerkiksi, jos tumma pilvi näyttää seuraavan minua, luulen sen olevan henkilökohtaisesti vihainen minulle. Mutta jossain vaiheessa maailman maagisuus alkaa vähenemään, mutta jonkun muun, itseä koskeamman voiman, uskotaan pystyvän muuttamaan maailmaa käden käänteessä – ja näin elämä antaa sijaa minäkeskeisille rukouksille ja ritualaaleille... (Wilber 2000b, 157–158.)

Piaget (1977) kutsui tätä vaihetta pelkästään ”operationaaliseksi”, mutta mielestäni Wilberin (2000a) käyttämä termi ”konkreettisoperationaalinen” on tätä tasoa paremmin havainnollistava, joten seuran häntä terminologian suhteen. Tämä vaihe alkaa noin 6-7 vuotiaana ja kestää noin 11-14 vuotiaaksi asti. Tätä vaihetta voisi myös kutsua sääntö/rooli-mielen vaiheeksi, sillä ihminen oppii kyvyn muodostaa mentaalisia sääntöjä ja ottaa mentaalisia rooleja. Näin ollen, tässä vaiheessa ihminen alkaa todella syventyä mielen – sekä oman että muiden mielten - maailmaan – jääden yleensä sille ”tielle” pysyvästi. Sukeltaakseen mielten maailmaan on opittava asettumaan toisen ihmisen asemaan, mikä on ihmisen kehityksessä vaikea, mutta sitäkin tärkeämpi vaihe matkalla kohti ”globaalia” eli maailmakeskeistä maailmankatsomusta. Mutta tässä vaiheessa ollaan vielä hyvin etnosentrisiä eli *”minun maani on parempi kuin sinun maasi”*. (Wilber 2009, 261–263.)

Minuus siis pääsee, tai joutuu, sääntöjen ja roolien maailmaan (Wilber 2000a, 232-234). Minuudelle tulee erilaisia *skriptejä* eli käsikirjoituksia, opittuja rooleja ja sääntöjä, joiden mukaan sen täytyy toimia. Nämä ”käsikirjoitukset” on yleensä omaksuttu vanhemmilta, ammattikasvattajilta, ikätovereilta, sisaruksilta sekä mediasta; ja lapsi hyvin, hyvin harvoin on riittävän kypsä vertaamaan niitä mihinkään vaihtoehtoiseen – ja ne luovat erilaisia mentaalisia malleja eli *skeemoja*, jotka sitten värittävät tulkintojamme maailmasta ja ohjaavat toimintaamme. Täten meille jää moninaisista sosiaalisista tilanteista mieleemme skeemoja ja skriptejä, joiden mukaan elämme ja joiden kautta luomme identiteettimme. (Hatakka 2002.)

Useimmat skriptit ovat hyödyllisiä ja välttämättömiäkin – niiden avulla siirrytään oman itsen ulkopuolellee intersubjektiivisen kulttuurin kehään; hoivan, huolenpidon, suhteiden ja vastuunannon kehään. Näin ollen, maailma voidaan nähdä myös toisen silmin – voidaan asettua toisen asemaan - jolloin löydetään laajempi tietoisuus, joka hohtaa oman itsen rajoitteiden ulkopuolelle. Nämä skriptit voivat siis olla joko hyödyllisiä (esimerkiksi ”Minä osaan...”; ”Minä olen rakastettu...” jne.); tai suorastaan haitallisia (esimerkiksi ”Minä olen luokan huonoin”; ”En tee mitään oikein” yms.). Nämä ovat siis sosiaalisia arvioita, jotka ovat kehittyneet vuorovaikutuksessa moninaisissa tilanteissa moninaisten ihmisten kanssa - joista osa voi paremmin ja osa huonommin tässä stressintäyteisessä yhteiskunnassa. (Wilber 2000b, 164–166; Piaget & Inhelder 1977, 91–124; Hatakka 2002.)

Myyttinen tietoisuuden taso ei ole ”tyhmä”, vaan se ajaa oman asiansa omana aikanaan - kuten kaikki muutkin tasot – ja oman aikansa ihmiskunnan kehityksessä menneinä aikoina. Ja näin on myös jokaisen lapsen kehityksessä vielä tänä päivänäkin – jokainen tietoisuuden taso on välttämätön edellytys seuraavalle kehitysvaiheelle. Mutta toki on suuriakin yksilöllisiä eroja, sen suhteen, että kuinka kauan mikäkin taso kestää. Joka tapauksessa, jokaisella tietoisuuden tasolla toimitaan siitä käsin, mitä sillä tietoisuuden tasolla on mahdollista nähdä – ja jokaisella tietoisuuden tasolla voi myös kehittyä erityislahjakkuudeksi. (Wilber 2000a, 386; Berger 2005, 147.)

Toisin sanoen, jokaisella tasolla on oma fenomenologis-hermeneuttinen pohjansa, jolla on oma sisäinen johdonmukaisuutensa ja viisautensa. Millä tahansa tietoisuuden tasolla voi tehdä loputtomasti uusia tulkintoja asioista, pysytellen tiettyjen rajojen sisällä; mutta

tietoisuuden tason nousu tapahtuu, kun muuntumalla sisäisesti omaksutaan uusia syvyyksiä ja laajempia näköaloja, jotka helposti tuomitsevat eilisen eli edeltävän tason suhteellisen sokeuden - eli tietoisuuden tason muutos yksilössä on aina henkilökohtainen sisäinen paradigman muutos! Kyseessä on uudelleen muokkautuminen, joka mahdollistaa asioita, joita ei yksinkertaisesti ollut mahdollista sulattaa omiin tietoisuuden ja tajunnan rakenteisiin vielä edeltävällä tasolla. (Wilber 2000a, 386; Berger 2005, 147; ks. myös Kuhn 1994.)

Konkreettisoperationaalisella tasolla – noin 11–17 vuotiaana – mahdollistuu ihmisyksilölle itselleen ensi kertaa sosiaalisten roolien näkeminen jonain muuna, kuin ihmisenä, jota itse pohjimmiltaan on - eli refleksiivinen itsetajuisuus astuu näyttämölle. Toisin sanoen roolit ovat vain rooleja; sama ihminen voi olla hyvin erilaisissa rooleissa eri tilanteissa – mutta jokin siinä ihmisessä on aina sitä samaa; esimerkiksi se tietoisuus, joka huomaa, että *”minä käyttäydyn tässä seurassa todella eri tavalla, kuin siinä toisessa...”*. Tässä iässä lapsi ja nuori yleensä alkaa miettimään, että kuinka sopeutua sosiaalisiin rooleihinsa ja omaan vertaisryhmäänsä - sekä vielä laajemmin omaan heimoonsa, omaan lääniinsä tai maakuntaansa, omaan maahansa, omaan kansaansa, omaan kulttuuriinsa; tai edustamaansa ideologiaan, mytologiaan, rotuun, uskontoon, ja jopa biologiseen lajiin. (Wilber 2000a, 269; Wilber 2000b, 164-165.)

Asettuminen toisten ihmisten asemaan ja sopetutuminen toisiin ihmisiin on ratkaisevan tärkeää. Mutta tällainen yhteisökeskeinen asenne on tavallisesti hyvin ryhmäkeskeinen eli se sisältää vastakkianasettelut eri ryhmien välillä tyyliin; *”meidän heimo vastaan teidän heimo; minun jengi vastaan sinun jengi”* - jolloin on kyse ns. myyttisestä jäsenyydestä. Tällä tasolla yksilö voi alkaa säilymään omien ajatustensa ja tunteidensa tarkkailijana ja todistajana, jolloin ei enää täysin samaistuta omaan ajattelevaan mieleen ja omiin tunteisiin. Nuori alkaa mahdollisesti huomaamaan, että jotain itsestä säilyy – *aina sekä tässä ja nyt* - huolimatta mentaalisista muutoksista. (Wilber 2000a, 269; Wilber 2000b 164-165.)

Ja nuorena ollaan usein myös jo varsin maailmoja syleileviä, jolloin kaikki edellä mainittu - omasta vertaisryhmästä oman kansan kautta koko ihmislajiin - halutaan sovittaa harmonisesti johonkin laajempaan kokonaisuuteen; eli ollaan matkalla kohti maailmakeskeistä, universaalia ja/tai globaalia ”asennetta”. Mutta omassa kulttuurissa,



ylhäältä ja valmiina, annetut vastaukset eivät useinkaan miellytä eli on kyse ns. nuoruusiän kapinasta. Nuoren mielessä asiat näyttäytyvät vielä usein hyvin mustavalkoisina, mutta taas on avattu uusia mahdollisia väyliä kohti kaiken ykseyttä. Pähkinäkuoressaan voisi sanoa, että ihmisen kehityksen *telos* eli päämäärä on kohti vähemmän egosentrisiä tasoja. (Wilber 2000b, 164–166; ks. myös MacIntyre 2004.)

Mutta Wilberin (2009) arvion mukaan noin 70 prosenttia maailman ihmisistä omaa tällä hetkellä myyttisen tai myyttis-rationaalisen tietoisuuden tukipisteen tajunnalleen. Tämän vaiheen patologiana esiintyy erilaiset skriptipatologiat. Haitalliset skriptit, kuten ”minä olen huono”, ovat lyhyesti sanottuna valheita – tai myyttejä. Tällöin empirinen *ego* on sananmukaisesti valheellinen minuus, ja se elää näiden skriptien mukaan. Se on silloin täysin irrallaan positiivisista rooleista eli potentiaalistaan, jota se voisi olla kulttuurisessa maailmassa, jollei hänen persoonallinen *egonsa* uskottelisi hänelle, ettei hän ole kykeneväinen positiivisiin rooleihin. Tämän kaltaisten ongelmien hoidossa hyöttyy kognitiivisista terapioidista – kuten ratkaisukeskeinen yksilö- ja perheterapia, transaktioanalyysi ja narratiivinen terapia, joiden ytimenä on skriptien analysoiminen - jotka ovat psykodynaamisten menetelmien ohella toinen yleinen terapiamuoto länsimaissa tänä päivänä. (Wilber 2009, 273; ks. esim. Multimäki & Venna 1988, 229-231.)

#### 4.5.4 Formaalisoperationaalinen eli Rationaalinen ja visiolooginen tietoisuuden taso

*”You seem to be handling a very large and dangerous question – there are disturbing subjects which ought to be left alone, when you question the opinion we hold about the gods, and ask reason and proof for everything.”*

– - filosofi Plutarkoksen isä (Plutarkokselle, s. n. 45–k. n. 125 jaa.) -

Kun ihminen elää vain aistimusten ja impulssien varassa, niin maailma on arkaainen. Kun tajunta alkaa täyttyä mielikuvilla ja symboleilla, niin maailma muuttuu maagiseksi. Kun taas roolit ja säännöt ohjaavat toimintaamme, niin maailma näyttää myyttiseltä. Kun opimme ajattelemaan ajatteluamme eli suorittaamaan formaaleja operaatioita mielessämme, niin maailmaan tulee järkeä. (Wilber 2000a, 450.)

Me ihmiset käytämme nykypäivänä järkeä yleensä varsinaisesti ymmärtämättä spesifisti, mitkä lajinkehitykselliset vaiheet johtivat järjen kehittymiseen. Ja rationaalisuus on ensimmäinen taso, jolla voimme reflektoida maailmaa jollakin tavalla objektiivisesti (sanon tämän nyt tietyin varauksin, suhteellisena asiana - en absoluuttisena totuutena). Ja rationaalisen mielen tavanomainen tila on ajatella, että se on erillään muusta maailmasta – persoonallisena *egona* - ja se luulee usein voivansa ”viattomasti” reflektoida maailmaa. Tämä karteesiolainen ajatus on hyvin ymmärrettävä, vaikkakin harhainen; ja valitettavan usein länsimaiset filosofit ovat tehneet tämän harhaisen päätelmän. (Wilber 2000a, 450; ks. esim. Skirbekk & Gilje 2001.)

Formaalisoperationaalinen tietoisuus alkaa esiintyä ihmisyksilössä noin 11-15 vuoden iässä. Ja se ylittää, *mutta* sisällyttää itseensä konkreettisoperationaalisen tietoisuuden. Tarkoittaen, että se voi operoida *holoneilla*, jotka itsessään muodostavat konkreettisoperationaalisen – joka kuvaakin ytimekkäästi mistä

formaalisoperationaalissa itse asiassa on kyse. Siinä missä konkreettisoperationaalinen tietoisuus käyttää mentaalisia malleja saadakseen konkreettista ulkoista maailmaa haltuunsa, niin formaalisoperationaalinen käyttää uutta - tässä vaiheessa uudella tavalla kukkaansa puhkeavaa - ihmisen sisäistä maailmaa luovasti. Formaalin operoimisen avulla voidaan ylittää nuo kaavamaiset mentaaliset mallit, jotka ovat tähän asti hallinneet mieltä – ja samalla näitä mentaalisia malleja itsessään voidaan myös hallita. Tapahtuu yksilönä eriytyminen uudella tasolla, joka mahdollistaa uudenlaisen yhdentymisen muun maailman kanssa – uusi syvempi ja laajempi identiteetti, tajunta ja tietoisuus. (Wilber 2000a, 240; Piaget & Inhelder 1977, 126–152; Berger 2004, 388.)

Piaget (1977) käytti klassista koetta erotellakseen formaalisoperationaalisen konkreettisoperationaalisesta. Yksinkertaistettuna: henkilölle annetaan kolme lasillista kirkasta nestettä ja kerrotaan, että niitä sekoittamalla saadaan aikaan keltaista väriä. Sen jälkeen henkilöä pyydetään tekemään keltaista väriä. Konkreettisten operaatioiden vaiheessa olevat lapset alkavat sekoittaa nesteitä yhteen summittaisesti miten sattuu. He jatkavat, kunnes mahdollisesti vahingossa löytävät oikean yhdistelmän - jos eivät ole luovuttaneet jo ennen sitä. Formaalien operaatioiden vaiheessa olevat nuoret taas muodostavat ensin yleiskäsityksen siitä, että kuinka kokeillaan kaikkia yhdistelmiä esim. ensin lasit A+B, sitten A+C, ja B+C jne. Toisin sanoen, heillä on formaali eli muodollinen operaatio mielessä, jonka mukaan kaikkia mahdollisia yhdistelmiä *täytyy* kokeilla. (Piaget & Inhelder 1977.)

Tämä saattaa kuulosta kuivakalta ja tylsältä saavutukselta henkisessä kehityksessä – mutta tulokset eivät todellakaan ole tylsiä ja kuivia. Formaalisoperationaalinen eli rationaalinen tuo kuvaan mukaan uuden maailman, joka koostuu uudenlaatuisista tunteista, haaveista, villeistä unelmista ja idealistisista pyrkimyksistä – eli teini-iässähän tämä yleensä alkaa. Murrosikä on siis villiä aikaa, eikä ainoastaan seksuaalisen heräämisen vuoksi; vaan koska mahdolliset maailmat alkavat ilmaantua, on se myös järjen ja vallankumouksen aikaa. Rationaalisuus mahdollistaa abstraktimman ymmärryksen, jota vaaditaan menestymiseen eri tieteissä ja taiteissa – ja myös yksilön sisäisessä introspektiossa eli minuuden tarkkailussa ja tuntemisessa. (Wilber 2000a, 240.)

Kaiken kaikkiaan rationaalisuus on mahdollisuuksien tila, joka ei ole välttämättä sidottu odotettuun, annettuun, pelättyyn, arkiseen, harmaaseen massaun, primitiiviseen, maagiseen, myyttiseen, uskonnolliseen tai ideologiseen – ei maalliseen eikä taivaalliseen. Rationaalisuus on suuri portti *ilmentymättömään* – mahdollisten maailmojen alku, joka on yleensä se viimeinen tapa, jolla rationaalisuutta hahmotetaan ihmisten mielissä ja puhekielessä – mutta se todellakin on eräänlainen alku kaikelle tälle ihmisen tajunnassa. (Wilber 2000a, 240.) Ja muistakaamme Platon, joka *näki* muodot ja *ideat* jonakin, jonka vain ”*sielunsa silmillä*” voi nähdä. Tämä matka kohti sielun silmillä *näkemistä* alkaa eräällä tavalla rationaalisuudesta; toisin sanoen, huomaamme, että se ääni ”pään sisällä” todella tulee *sisältä* käsin (*Kosmoksen* ylävasen, ks. liite 1). (*Valtio, Kirjat VI & VII.*) (Maagisen tason mielikuviutuskin voi toki olla hyvinkin paljon lapsen elämää rikastuttavaa; mutta se on vielä esi-ego-tasoista, jonka takia todellinen itsensä tunteminen ei voi vielä olla kovin syvällistä.)

Kun myytit otetaan vastaan konkreettisesti ja kirjaimellisesti ne palvelevat yksilöiden yhteiskuntaan – tai yleisemmin ympäröivään kulttuuriin, joka voi olla myös alakulttuuri - integroimisen maallista tarkoitusta. Niillä ei yleensä siis ole oikeasti henkisesti transdentaalista eli tietoisuuden tasoissa korkeammalle vievää tarkoitusta, vaikka niin uskontojen parissa annetaan omalla tavallaan usein ymmärtääkin. Ja tämä funktio on sinänsä tärkeä tiettyssä kehitysvaiheessa, mutta aikuisella ihmisellä se muuttuu hidasteeksi ellei suoranaiseksi esteeksi henkisessä kehityksessä. (Wilber 2000a, 246-249.) Monet älykkäätkin ihmiset ovat silti myyttien vankeja joissakin asioissa, koska ovat joillakin kehityslinjoilla jääneet kulttuurinsa ”valtavirtatuotteiksi”, vaikka saattavatkin joillakin aloilla olla selvästi keskimääräistä korkeammalla tasolla. Eli esimerkiksi ihminen voi rationaalisella tasolla olla akateemisesti hyvin kyvykäs; mutta esimerkiksi puhuttaessa uskonnosta tai ideologiasta hänen rationaalinen puolensa ikään kuin sulkeutuu ja, sen sijaan, käyttöön aktivoituu kehityslinja, joka on vielä myyttisellä tasolla.

*Modernina* aikana – renesanssista valistusajan kautta näihin päiviin – rationaalinen-järki on ottanut länsimaissa vallan; samalla kun kaikki hengelliset ”taivasten tavoittelijat” ja ”henkisinä hörhöinä” pidetyt ovat jääneet marginaaliin. (Kirkkouskovaisuus on jäänyt marginaaliin, ja *transmoderni* ”uushenkisyys” on vielä toistaiseksi marginaalia.) Tämän päivän *postmodernissa* maailmassa elämme yhä noissa samoissa *varjoissa*, jotka

rationaalisuus on langettanut maailmamme päälle, vaikka kiistatta se on tuonut paljon hyvääkin – sillä rationaalisuuskin on toki osa luonnollista evoluutiota. Mutta tämän päivän näkökulmasta katsottuna yksisilmäinen rationaalinen ajattelu on omanlaistaan ”vankeutta luolassa”. Rationaalisuutta on toki esiintynyt jo aiemmin yksilöissä, mutta modernina aikana siitä on tullut, ns. kehittyneissä maissa, yhteiskuntia kulttuurisia ja sosiaalisia rakenteita organisoiva periaate. (Wilber 2000a, 380; ks. myös Huhmarniemi, Skinnari, & Tähtinen 2001.)

Rationaalisuus voi sekoittaa pakkaa pahastikin yhteiskunnissa; koska se *ei* luo samanlaista ”sosiaalista liimaa” kuin myytit; mutta rationaalisuus ei olekaan enää heimo-, kulttuuri- tai uskonto-kekeistä, vaan eräänlaista ”globaalia laajakaistaa” - mikä näkyy nykymaailmassa hyvinkin konkreettisesti. Vertauskuullisena esimerkkinä voisi sanoa, että rationaalinen etnomuusikko ei luo kansanmuusiikkia vaan maailmanmuusiikkia. Mutta, jos ympäröivä kriittinen massa ei ole valmis sitä näkemään tai kuulemaan, niin lahjakkaan, visionäärisen ja ulospäin suuntautuneen rationaalisen mielen esiintyminen maailmassa päättyy usein onnettomasti, kuten kävi esimerkiksi Sokrateen, Kingin ja Gandhin tapauksissa. (Wilber 2000a, 251–252; ks. esim. *Apologia*.)

Mytologiat ovat yrittäneet globalisoitua viimeiset 10 000 vuotta, mutta ovat aina epäonnistuneet. Tämä johtuu nimenomaan siitä, että myyttisestä mielestä puuttuu globaali näkemys, jolloin se joutuu levittäytymään aina väkivalloin - eikä väkivalloin muodostettu valtio voi koskaan kestää. Rationaalisuudella on kapasiteetti globaalisuuteen, mutta senkin keinoissa on toki yhä vuonna 2011 hiomisen varaa. Koska on mahdollista *ajatella ajattelua*, niin on mahdollista myös normittaa normeja. Rationaalisuuden saavuttaneet ihmiset voivat olla tyytyväisiä yhteiskunnassa vain, jos he voivat harjoittaa omanarvontunnosta kumpuavien tuotosten suhteellisen vapaata vaihtoa kaltaistensa kanssa eli laillisesti, moraalisesti, poliittisesti vapaina ja tasa-arvoisina subjekteina. Kun taas myyttisen tason mielestä käsin on tuskallista nähdä, kun muut ihmiset eivät tajua kääntymä hänen ”jumalansa” puoleen, ja heidän pelastamisensa kadotukselta voi jopa vaatia heidän tappamistaan. (Wilber 2000a, 251–252; ks. esim. Mill 1982; Uusi Testamentti.)

Kuten olen aikasemminkin maininnut, niin jokainen transformaatio tietoisuuden polulla

uudelle tasolle on ihmisen sisäinen vallankumous – kuin paradigmojen välinen taistelu tieteellisessä vallankumouksissa eli taistelu siitä, minkälaisen maailmaa muotoilevien ja värittävien ”silvälasiin” läpi alamme maailmaa katselemaan (ks. Kuhn 1994). Aiempia tietoisuuden tasoja ei kuitenkaan kannata - eikä voikaan - täysin hylätä, sillä ne elävät meissä aina tulevaisuudessakin – halusimmepa niin tai emme - koska uusi taso aina sisällyttää vanhan, mutta lisää siihen jotain *ekstra*a. Esimerkiksi mytologioiden avulla, viisaasti tulkittuna, voivat rationaaliset ihmisetkin oppia pääsemään yhteyteen, ihan liian usein maailmassamme kadotettujen juurien kanssa. Nuo juuret ovat joka tapauksessa nykyisen tilamme perusta; joten yhteys niihin voi auttaa ymmärtämään itseä sekä rikastuttaa, energisoida ja valtauttaa ihmisiä yksilöinä ja kollektiivisesti. Mutta valitettavan usein eri paradigmoista – tietoisuuden tasoistakin puhuttaessa - tulee energiaa turhaan kamppailuun hukkaavia vihollisia. Esimerkiksi kristilliset valtakirkot aloittivat 1500-luvulla taistelun kahdella rintamalla. Ne taistelivat regressiota vastaan polttamalla noitina maagisen tietoisuuden tason ihmisiä; ja ne taistelivat rationaalista tiedettä vastaan polttamalla noitina tutkijoita, taiteilijoita sekä hengen miehiä ja naisia, jotka olivat aikaansa edellä. (Wilber 2000a, 253–255.)

Kun rationaalisuus onnistuneesti sisällyttää itseensä myytin tai sosiaalisen roolin, niin se ymmärtää itseään paremmin, ja ylittää myytin tai roolin yksipuolisuuden, sekä vapauttaa myyttisiä mielen ja kulttuurin rakenteita niiden rajoituksista. Eräällä tavalla rationaalisuus voi saada myytissä piilevän viisauden valon loistamaan aiempaa kirkkaammin. Myytit perustuvat usein reilusti omaa aikaansa edellä olleiden opettajien opetuksiin, jotka ovat aikojen saatossa - tai jo opettajan itsensä elinaikana – yksinkertaistuneet (esimerkiksi Platon, Jeesus ja Muhammed lännessä; Buddha, Patanjali ja Shankara idässä). Näin rationaalisuus ”vetää esille” (eli *edu care*, ”*education*”-sanan alkumuoto) myytissäkin olevan hengen – ja henkisyuden. Ja arkipäiväisemmällä tasolla opitaan toimimaan yksilönä erilaisissa sosiaalisissa rooleissa (Wilber 2000a, 259; Wilber 2000b, 166-169.)

Usein mytologioihin perustuvien rituaalien toistamista pidetään henkisyuden harjoittamisena. Ja rationaalisuus puolestaan nähdään henkisyuden poissulkevana. Mutta tietoisuuden tasojen jatkumon kokonaisperspektiivistä käsin rationaalisuus on osa henkisen kehityksen jatkumoa; eikä rationaalisuus todellakaan ole jatkumon alkupäässä, vaan siinä on *jo* runsaasti henkistä syvyyttä. Rationaalisuus siis on myös henkistä, mutta

ei myyttistä tahi maagista. Jos jollekin myytit ja magia ovat nimenomaan sitä henkisyyttä, niin sitten hän käyttää sanaa ”henkisyys” eri merkityksessä, kuin tässä työssä käytetään. Aito henkisyys tässä työssä nähdään introspektiivisesti syvemmältä kokemisena; korkeammalle tasolle nousemisena pikkuhiljaa enenevässä määrin omaan aidoimpaan ja syvimpään itseen identifioitumisen kautta; ja yksittäisiä näkökulmia laajemmalle näkemisenä, jolloin egoistinen itsekeskeisyys heikkenee. Eli kun rationaalisuus usein kieltää suurten uskontojen ”jumalten” olemassaolon, saattaa siinä olla enemmän henkisyyttä läsnä, kun sokeassa uskossa ilman omaa kokemusta ja näkemystä. (Wilber 2000a, 259; Assagioli 2006a.)

Rationaalisuus eli ensimmäinen maailmakeskeinen näkökulma operoi tasolla, joka mahdollistaa useiden näkökantojen - joskus näennäisesti ristiriitaisten - yhtäaikaisen näkemisen; joka voi olla hämmentävää, jos emme katso tarkkaan mistä tämä johtuu? Koska se on niin hämmentävää, niin rationaalinen mieli usein pyrkii jäykkään versioon universaalista totuudesta. Tällöin kaikesta tulee helposti mekaanista ja universaali, ikään kuin, puetaan uniformuun. (Wilber 2000a, 481.) Tällöin näyttää, että hyvä, tosi ja kaunis on samanlaista kaikille (esim. ”amerikkalainen demokratia”). Tästä löytyy myös keskeinen syy, että miksi rationaalinen mieli haluaa niin helposti tyystin hylätä kaikki myyttiset uskonnot; koska ne ovat eri puolilla maailmaa erilaisia, niin eihän mikään niistä voi sisältää totuuden häivää, eihän? Vai voiko sittenkin?

Joka tapauksessa myös yhteiskunnissa, joissa ihmisten kollektiivinen tietoisuuden taso on jo rationaalinen, jokainen yksilö kuitenkin aloittaa elämänsä sensorimotorisella eli arkaaisella tasolla. Rationaalisuuden riemuvoittona pidetyn valistusajan yksi suurista ongelmista oli, että rationaalisuuden yksinkertaisesti oletettiin korvaavan alusta asti kaiken maagisen ja myyttisen ajattelun, kun lapsi vain kasvatetaan ”oikealla” tavalla. Oletettiin taulun (*tabula*) olevan tyhjä (*rasa*), sen luultiin olevan helposti täytettävissä kaikenlaisilla rationaalisilla faktoilla. (Wilber 2000a, 260.)

Tänäpäivänä on sanomattakin selvä, että asia ei ole ihan noin yksinkertainen. Jokaisen yksilön on aloitettava *dialektiikka elämän kanssa* arkaaisena olentona; sen jälkeen on uudistettava itsensä asteittain eri operationaalisen tietoisuuden muodoilla jne. Jokainen transformaatio eli siirtymä tasolta toiselle on eräänlainen kuolema - ja jälleensyntymä. Usein yksilöt taistelevat muutosta vastaan ja siitä seuraa - totta kai – kasvukipuja.

Kasvukivuissa on usein konkreettisesti kyse siitä, että sellaisia tietoisuuden rakenteita mihin yksilö on samaistunut on ”kuolemassa” eli jäämässä alitajuntaan, kun samaan aikaan uutta on syntymässä eli nousemassa tajuntaan. Kaikilla tapahtuu tuo kehittyminen hieman eri tahtiin, ja jotkut jäävät jumiin jollekin tietylle tasolle – jos ei kokonaan, niin ainakin osittain; esimerkiksi rationaaliseen ajatteluun kykenevät jotkut uskonnolliset fundamentalistitkin. (Wilber 2000a, 260; ks. myös Assagioli 2006a.) Kun formaalis-operationaalinen vaihe menee hyvin kehittyä kypsä *ego* eli suhteellisen hyvän itsetunnon omaava minuus, joka on maailmakeskeinen – ja tälle tasolle tänä päivänä pääsee - ja jää - huomattava osa rationaaliseen yleisopetukseen päässeistä ihmisistä.

Jos yksilö epäonnistuu tämän vaiheen integroimisessa itseensä, kun se on kehkeytymässä, voidaan päätyä hyvin syvään identiteettikriisiin. Identiteettikriisin vallassa oleva yksilö voi hyötyä introspektiosta eli esimerkiksi erilaisista meditatiivisista harjoituksista, tietoisuustaidoista tai yleensäkin kaikenlaisesta itse- ja ihmistutkiskelusta tieteen tai taiteen keinoin. (Wilber 2009, 249.) Identiteettikriisissä ei ole kyse vain oman paikan löytämisestä vallitsevassa yhteiskunnassa, vaan on kyse itsen löytämisestä tavalla, joka ei välttämättä mahdu vallitsevaan yhteiskuntaan ollenkaan.

Formaalis-operationaalinen vaihe mahdollistaa *kaiken suhteellisuuden* ymmärtämisen; syvällisen introspektiivisyyden; hypoteettis-deduktiivisen ajattelun, joka tekee järjestelmällisiä kokeita ja etsii todisteita ratkoessaan ongelmia; ihmiskeskeisyyden ylittämisen ja koko ekosysteemin huomioon ottamisen; kaikenlaisten konventioiden eli totuttujen – sosiaalisten ja kulttuuristen - tapojen kriittisen arvioinnin, kuten esimerkiksi teki Sokrates kyseenalaistaessaan kaiken antiikin Ateenassa tai Martin Luther King, Jr. osoittamalla rotusyrjinnän ”emävalheet” 1900-luvun Yhdysvalloissa tai Mahatma Gandhi kaatamalla väkivallattomalla vastarinnallaan vuosisataisen kulttuurisen imperialismiin. (Wilber 2000a, 242–244.) (Olen muuten aika varma, että jos Palestiinalla olisi ”oma Gandhinsa”, niin se olisi jo itsenäinen.)

*”Olen eri mieltä kanssasi, mutta olen valmis kuolemaan sen puolesta, että sinulla on oikeus sanoa mielipiteesi.”* Nimenomaan rationaalis-visiologisella tasolla on tällainenkin mahdollista. Mutta yleensä länsimaisessa kehityspsykologiassa pysäytetään teoria ihmisen kehityksestä formaalisoperationaaliseen eli ”tavallisesti” kehittyneeseen,



suhteellisen tasapainoiseen, suhteellisen rationaalisesti käyttäytyvään ja ajattelevaan aikuiseen – eli yleensä valtakulttuuriin sosiaalistuneeseen - ihmiseen (ks. esim. Berger 2004). Useat länsimaiset psykologit ovat kuitenkin esittäneet lukuisia todisteita, että on mahdollista edetä Piaget'in määrittelemästä formaalisoperationaalisesta eteenpäin (ks. Assagioli 2006; Wilberin (2000a, 266) mukaan myös Arieti, Bruner, Cowan, Flavell, Kramer, Commons, Basseches, Arlin).

Tätä rationaalisuuden ylempää tasoa on kutsuttu dialektiseksi (vrt. Platon: *Teokset* 1999), aperspektiiviseksi, integratiiviseksi, luovan synteettiseksi, dialektiseksi, postformaaliksi, verkosto- tai visiologiseksi ja eksistentiaaliseksi tasoksi. Tässä työssä käytetään tästä tasosta synonyymeinä näitä tätä tasoa kuvaavia termejä, mutta pääasiallisesti käytän sanaa visiologinen. Johtopäätökset ovat joka tapauksessa samat: tavallisen ongelmia ratkovan formaalisoperationaalisen vaiheen ylittävät monet luovat tutkijat, taiteilijat ja ajattelijat – jotka määrittelevät tärkeitä tutkimusongelmia, kysyvät tärkeitä kysymyksiä ja avaavat uusia näkökulmia. (Wilber 2000a, 266; ks. esim. Bereiter & Scardamalia 1993.) Arthur Koestler onkin sanonut, että nerouden perustavanlaatuinen tunnusmerkki ei ole täydellisyys, vaan uusien näköalojen avaaminen.

Mutta tietoisuuden kehityksen ymmärtämisen kannalta on ehdottoman tärkeää antaa rationaalisen tason ylittävälle tasolle myös toisenlainen painotus. Kaikista ihmisistä ei voi tulla Nobel-palkittuja neroja, mutta rationaalisen tuolle puolen menemiseen on kaikilla ihmisillä potentiaali. Missään kehitysvaiheessa ei tarvitse olla huippuunsa kehittynyt ollakseen valmis menemään henkisessä kehityksessä eteenpäin. Itse asiassa, jonkinlainen peruskompetenssi riittää, jotta taso voi toimia eräänlaisena kokemisen kenttänä, jolta voi ponnistaa ylöspäin. Esimerkiksi; sanomattakin on selvä, että ei tarvitse olla gourmet-kokki, mennäksään eteenpäin varhaislapsuuden oraalivaiheesta. Ei myöskään tarvitse olla Runeberg, mennäksään kirjoitustaidon saavutettuaan eteenpäin ihmisenä. Ihmisen ei tarvitse hallita täydellisesti propositionaalista logiikkaa, kehittyäkseen formaalisoperationaaliselta tasolta eteenpäin postformaalille tasolle – propositionaalisen logiikan huipputekijät vain ovat eräänlaisia loogisen ongelmanratkaisukyvyn mestareita. (Wilber 2000a, 266-267.)

Mutta joka kerta, kun kuka tahansa rationaalinen ihminen ajattelee useita eri

näkökulmia enemmän tai vähemmän yhtäaikaisesti, niin hän on matkalla eteenpäin; koska rationaalinen omaa vielä dikotomisen, dualistisen logiikan, kun taas tämä seuraava tietoisuuden tukipiste on *aperspektiivinen* eli mikään perspektiivi ei välttämättä ole ehdottoman oikea. Ja ylittääkseen tämän *dialektisen* tason, ihmisen ei tarvitse olla Hegel, vaan globaalisti ajattelu riittää viemään kehitystä eteenpäin askel askeleelta. Eikä ihmisen tarvitse potea *eksistentiaalista* ahdistusta ollakseen rationaalis-eksistentiaallinen, mutta tuon ahdistuksen vaara piilee aina postmodernissa tietoyhteiskunnassa. Mestarit ovat harvassa, mutta kaikissa on potentiaali kehittyä rationaalisesta tuottavuuden ja tehokkuuden maksimoinnin arvossa pidosta kestävämpiin ajattelumalleihin. (Wilber 2000a, 266-267.)

*Visioloogisella* tasolla maailma mahdollisesti nähdään suurena suhteellisena kyberneettisenä systeeminä, joka on niin kokonaisvaltainen, ettei se jätä tilaa subjektille vaikuttaa asioihin objektiivisena nähdyssä valtavassa ja monimutkaisessa verkostossa. Toisin sanoen, täydellisen holistinen universumi jättää yksilön helposti täysin yksin, eksyneeksi ja irralliseksi - *eksistentiaalisen* ahdistuksen tai *aperspektiivisen*, näkökulmattoman hulluuden valtaan; JOS *Kosmoksesta* nähdään vain oikea puoli (ks. liite 1). Tällöin mieli voi, ahdistuksen vastapainoksi tai vaihtoehtona, hedelmällisesti kehittää esimerkiksi systeemiteorioita. Eksistentiaalisella tasolla yksilö observoijana eroaa siihen asti tuntemastaan minä-käsityksestä täysin tai osittain. Näin ollen, tapahtumien todistaja/*tarkkailija* ”syntyy” – ja myös oman mieli-keho -konstruktion eli empiirisen *egon* jatkuvat muunnokset nähdään tapahtumina, ikään kuin, ulkopuolisen tarkkailijan roolista käsin. (Wilber 2000a, 270, Wilber 2000b, 173–175.) Eksistentiaaliseen patologiaan voi saada apua esimerkiksi eksistentiaalisesta terapiasta tai integraalivalmennuksesta, jota nykyään tarjoavat esimerkiksi filosofit, kuten Wilberia toistaiseksi ainoana suomentanut JP. Jakonen (2009).

Sen sijaan, JOS *Kosmos* hahmotetaan myös sisäisyyttä ja hierarkisesti syvyyttä omaavaksi, niin tuo *tarkkailija* voidaan samaistaa joksikin syvemmäksi *Itseksi* – transendenttiseksi *egoksi* – ja näistä kahdesta todellisesta *egosta* – empiirinen ja transedenttinen - syntyy se kentauri, jota on myös käytetty terminä tästä tietoisuuden tukipisteestä. Ja koska havainnoiva minuus näkee formaalin mielenkin vain kohteena, se pystyy yhdentämään mielen, kehon, tunteet ja impulssit. Kaikki tapahtumat empiirisessä *egossa* siis ovatkin transsedenttisen *egon* läpikäymiä kokemuksia eli uudenlaatuinen

sisäinen maailma on taas syntynyt – ja sen muuntumiselle syvemmäksi ja syvemmäksi ei kuulemma ole loppua (ks. esim. Tolle 2006; Marion 2000).

Tällöin ei enää vain ja ainoastaan samaistuta fysio-, bios- tai noosfääriin, jolloin eksistentaalisen ahdistuksen rinnalle avautuu mahdollisuus integroida rakentavasti kaikki nuo sfäärit, joiden varaan ihmistajunta - oli se sitten kuinka laaja hyvänsä – on rakentunut. Tällöin globaalisuutta voidaan alkaa viedä käytäntöön todella ihmisten elämää parantavasti, eikä pelkästään retoriikan tasolla. Ja esimerkiksi rationaalisuuden tuottama ekologinen kriisitila on ratkaistavissa vain noita ongelmia aiheuttaneita tasoja korkeammilta tietoisuuden tasoilta käsin. Ekologisia ongelmia ei voi ratkaista regressoitumalla ekoromanttisesti menneisyyteen, mikä ei siis ole evoluution eteenpäin työntävän luonteen vuoksi mahdollistakaan. (Wilber 2000a, 270; Wilber 2000b, 173-175.)

Visiologiikan uusi näkökulmaton tietoisuus voi sekoittaa pään pahemman kerran, koska jokainen näkökulma näyttyäytyy nyt suhteellisena - ja toisistaan riippuvaisena tässä suuressa makrosysteemissä. ”*Kaikki on suhteellista, eli mikään ei ole parempaa tai huonompaa, eikä mikään kanta ole parempi kuin joku toinen.*” Tällainen postkonventionaalinen käsitys perustuu yleismaailmallisen pluralismin periaatteille – globaaliin suvaitsevaisuuteen ja tasavertaisuuteen. Ongelma on, että useimmat niistä, joihin ”satunnainen dialektikko” kohdistaa globaalin huomionsa, eivät ole samaa mieltä hänen kanssaan. (Wilber 2000b, 175–177; Wilber 2009, 280–281.) Jos siis karkeasti arvioiden noin 70 prosenttia on yhä korkeintaan myyttis-rationaalisella tasolla maailmanlaajuisesti; ja esimerkiksi yli 20 prosenttia suomalaisista äänestikin nationalistiseksi luokiteltavissa olevia puolueita vuonna 2011!

Useimmat kulttuurirelativistit joutuvatkin helposti varsin omituisiin ristiriitaisuuksiin: Visiologisen tietoisuuden omaavia voisi kutsua *eliitiksi*, koska esimerkiksi monikulttuurisuus on yleensä vähemmistön ja nimenomaan kulttuuris-sosiaalisesti ns. eliitin näkemys; josta osa väittää ettei ole millään tavalla toisten yläpuolella hierarkisesti, koska ”kaikki on suhteellista, ja hierarkiat ovat pahasta”. Mutta samalla unohdetaan, että tuollaiseen asenteeseen kasvaminen on suhteellisen harvinaista; joten tämän johdosta tämän globaalin pluralismin saavuttaneen kehityksen tuottamat tulokset ulotetaan ainakin retoriikan tasolla koskemaan myös ihmisiä, jotka ovat valmiita

polkemaan vaikka väkivalloin koko yleismaailmallisen pluralismin pannukakuksi. (Wilber 2009, 280–281.)

Kulttuurirelativistit siis päättelevät, että kaikkia on kohdeltava tasavertaisesti; ja tämän jälkeen he eivät osaa selittää miksi Ku-Klux-Klan tai natsit pitäisi kieltää. Vastaus on, että ”maailmakeskeinen” on parempi kuin ”ryhmäkeskeinen”, joka on sinänsä parempi kuin ”itsekeskeinen”; koska niissä on aina enemmän syvyyttä kuin edeltäjässään. Toisin sanoen, vaikka kaikki näkökulmat ovat suhteellisia, ne eivät ole samanvertaisia – jotkut näkökulmat ovat suhteellisesti parempia, kaiken aikaa, kuin toiset. Kaikki ihmiset eivät siis ole *tasavertaisia*, toisilla on enemmän ihmispotentiaalia - ihmisen *idea* - käytössään, kuin toisilla; mutta *tasa-arvoisia* kyllä, siinä mielessä, että ihmisyydellä sinänsä on oma *itseisarvonsa*. Ja jokaisella ihmisellä, joka ei konkreettisesti näe spontaanisti sisältäpäin kumpuavan myötätunnon vallassa kaiken Ykseyttä, on silti potentiaali korkeamman tason toimintaan, kuin mihin he ovat käytännössä tähän asti päätyneet. (Wilber 2000b, 175–177.)

Heidegger on sanonut, että pelko on ainoa autenttinen vastaus eksistentiaalisen olennon uusiin kysymyksiin. Tuo pelko on hyvin kokonaisvaltaista, sillä se ikään kuin jäädyttää ihmisen koko olemisen tässä maailmassa. Ihminen näkee oman persoonallisen *egonsa* epäaitouden. Enää ei saada suojelusta myyttisiltä ihmisen kaltaisilta jumalhahmoilta; rationaalisuus on latistanut kaiken, kyvyssään mitätöidä elämästä kaikki myyttinen ja maaginen; samalla yrittäen tehdä naurunalaiseksi kaikki ne, jotka yhä näkevät myös mystiikkaa eli salaperäistä elämässä. Eräällä tavalla eksistentiaalinen olento tietää liikaa – mutta ei vielä tarpeeksi (Wilber 2000a, 271–272)...

Eurooppalaiset idealisti-filosofit (esim. Hegel 1807), ovat esimerkki visio-loogikoista, joilla on ollut intuitio transpersoonallisesta, mutta joilta puuttuivat omat ei-käsitteelliset meditatiiviset harjoitukset. He ilmaisivat transpersoonalliset intuitionsa transpersoonallisten tasojen ”kielellä” ja ymmärryksellä. Mutta koska heiltä puuttuivat meditatiiviset perinteet, he eivät koskaan edenneet itse ”maistamaan” transpersoonallisia ”Hyvän idean” kokemuksia. Tämän takia eurooppalainen klassinen idealismi otetaan pelkkänä spekulatiivisena metafysiikkana, mitä se itse asiassa onkin, vaikka sisältääkin syvällisiä intuitioita. (Wilber 2000a, 533–537.)

Seuraavaksi siirrymme transpersoonallisiin tasoihin, joiden reunalle visiologinen on meidät tuonut, mutta jotka ovat tähän asti jääneet länsimaisen psykologian piirin ulkopuolelle. (Toki länsimaistakin löyty ns. transpersoonallisen psykologian suuntaus, mutta se on toistaiseksi ollut aika marginaalinen ilmiö, ks. esim. Assagioli 2006a.) Lukuisat meditatiiviset perinteet ja erilaiset modernit tietoisuustaidot jatkavat siitä mihin länsimainen psykologia – tai ajatteleva mielemme - meidät jättää eli menemme transpersoonalliseen, transrationaaliseen, transegoiseen, transmentaaliseen, ”ylitajuiseen”... Kun empiirinen *ego* - eli persoona, rationaalisuus ja ajatteleva mieli sekä jopa fyysinen keho - transendenttoidaan, niin Platonin *ideoista* voi tulla muutakin kuin spekulatioita ja metafysiikkaa...

#### 4.6 Transpersoonalliset eli transrationaaliset tietoisuuden tasot

*"Faith begins as an experience, and ends as an experience."*

- Plotinos -

Rationaalisuuden aikakaudessa eli modernissa ajassa voi nähdä tietoisuuden tasojen kannalta kaksi merkittävää trendiä – joita voisi kutsua klassisesti ”hyviksi ja huonoiksi uutisiksi”. Ensinnäkin hyvät uutiset: *”Ei Enää Myyttejä!”* Noin 2500 vuotta sitten eräs myyttisen tason yhteiskunta tuomitsi erään varhaisen tunnetun ”järjen jättiläisen” juomaan myrkkypikarin, koska hänen tapa kyseenalaistaa vallitsevia uskomuksia ja tapoja oli valtaapitävien mielestä ärsyttävä kuin kimalaisen pisto takamuksessa (eli Sokrates; ks. *Apologia*). Ja kun rationaalisuus otti vallan noin 2000 vuotta myöhemmin, se aloitti kostoretken kaikkea irrationaalista vastaan. Ja tämä johdattaa meidät ”aasin sillan” yli huonoihin uutisiin: *”Ei Enää Ylösnousemuksia!”* Ihmiset olivat ehkä syystäkin turhautuneita ahdasmieliseen myyttisen taivasmaailman tavoitteluun, mutta rationaaliset yhteiskunnat ovat paljolti heittäneet *”transsendentaalisen ihmislapsen”* ulos *”myyttisen pesuveden”* mukana. (Wilber 2000a, 381–382.)

Valistuksen myötä henkisen kasvun ajatus paljolti hylättiin läntisessä maailmassa. Syntyi jo aiemmin käsitellyn pre/trans-harhan lisäksi myös ns. taso/linja-erhe. Valtaosa uskonnon harjoittamisesta oli tuolloin myyttistä tai maagista, ja se joutikin romukoppaan. Modernin ajan virhe on kuitenkin ollut se, että koko henkisen kasvun *idea* sinänsä on hylätty; vaikka olisi hedelmällistä hylätä ainoastaan *esirationaaliset* henkisyyden muodot eli arkaaisuus, maagisuus ja myyttisyys. Rationaalisuuden katsotaan usein tekevän uskon tarpeettomaksi. Mutta rationaalisuuskin on itse asiassa henkisyttä. (Wilber 2009, 196–204; Jakonen 2008.) Mutta ei riitä, että ”tiedämme” rationaalisesti, että on olemassa kolme laadullisesti hyvin erilaista henkisyyden muotoa eli tajunnan laatua - esirationaalinen, rationaalinen ja transrationaalinen. Esimerkiksi myyttisiä uskontoja rationaalisista syistä kyseenalaistavan taiteen ja tieteen tekeminen

on aina myös ”henkistä työtä”. Mutta se on vielä korkeamman tason henkisyttä, kun taide tai tiede tulee intuition kautta – eli ajattelemalla vähemmän!

*Taso/linja*-erheessä koko henkisen kasvun linja tai jatkumo sekoitetaan vain yhteen tasoon – vain yhteen pysäkkiin tuolla linjalla eli myyttiseen uskonnollisuuteen. Tällöin omaa persoonallista *egoa* suuremman todellisuuden kaipuussa kärvistelevälle ihmiselle jää vain yksi onneton vaihtoehto; pitää kaikkea irrationaalista henkisenä. Samankaltainen yksiulotteinen vaihtoehto jää myös tiedemiehille ja -naisille; pitää kaikkea irrationaalista maagisena tai myyttisenä taikauskoa, tai jonain muuna vastaavana. Se on pohjana länsimaiselle suhtautumiselle henkisyyteen vielä nykyäänkin. (Wilber 2000a, 355–365; Jakonen 2008) Myös esimerkiksi Platonin *Valtion* lukeminen yhteiskuntafilosofisesti - ja sen mallin pitämistä totalitaristisena – on eräänlainen taso/linja-erhe.

Näin ollen; välttääksemme mahdollisimman monia väärinkäsityksiä, niin suurta määrää asioita on käsiteltävä ja selvennettävä ennen kuin voimme jatkaa ihmisen tietoisuuden evoluution kuvaamista pitemmälle: Jos joku haluaa kutsua näitä rationaalista korkeampia tasoja yksinomaan hengellisiksi tai uskonnollisiksi - ”uskon asioiksi” - niin silloin sanoja ”hengellinen” ja ”uskonnollinen” käytetään eri merkityksessä, kuin tässä työssä.

Varhaisten arkaais-maagis-myyttisten tasojen erilaisia ilmentymiä usein tiedostamattomasti ja tietoisesti assosioidaan suureen osaan maailman uskontoja – ja sille on syynsä ihmistietoisuuden evoluutiossa. Mutta kontemplaation kautta sisäisinä kokemuksina saavutettavat transpersoonalliset tasot ovat jotain päinvastaista; jos - tässä esiteltävän kehityspsykologian tavoin - ajatellaan tietoisuuden kehitystä jatkumona. (Wilber 2000a, 272–273.) Saattaa olla, että 99 prosenttia maailman ihmisistä yhä haluaa kutsua kaikkea maagista ja myyttistä hengelliseksi ja uskonnolliseksi. Ja kun uskonnosta puhutaan instituutiona, niin näin yleensä onkin; tosin myös politiikka ja valta näyttelevät isoa osa institutionaalisten uskontojen ilmenemismuodoissa. MUTTA ne viisaat, joiden opetusten pohjalle nämä uskonnot ovat kehittyneet, tarkoittivat *jotain ihan muuta*. (ks. esim. Marion 2000; Tolle 2007.)

Tämän tyyliä henkisiä ”saavutuksia” - sekä kirjoituksia, puheita ja todisteita niistä -

mistä transpersoonallisissa tietoisuuden tasoissa on kyse - pidetään yleensä täysin epätieteellisinä. Ja sen takia ennemminkin vain ja ainoastaan uskon asioina, jota puolestaan usein pidetään tieteen vastakohtana. Mutta filosofian ja uskonnon raja on aina ollut häilyvä. Esimerkiksi Platon vertaa filosofiaa joskus mysteeriuskontoihin (ks. *Pidot 210a*); hänen mielestään todellisia henkisyysviejien vihkiytyneitä ovat nimenomaan filosofit. Modernina aikana on ollut paljonkin filosofi, jotka ovat uskoneet puhdistaneensa filosofisen kentän kokonaan siitä hämärtävistä uskonnollisista ja teologisista aineksista – mutta kytkeä on yhä olemassa; JOS filosofia on muutakin kuin logiikkaa tahi, filosofian haaroista puisevinta eli, kielifilosofiaa. Filosofian ja teologian välille on yhtä vaikeaa vetää selkeää pysyvää raja-aitaa kuin teoreettisen ja käytännöllisen filosofian välille. (Saarinen 1985, 90.) *“Filosofian ainutlaatuinen merkitys syntyy osittain siitä latauksesta, jonka tieteen ja uskonnon, ääripäät sen kentälle jännittävät”* (Saarinen 1985, 90). Tai kuten Einstein on asian ilmaissut: *”Luonnontiede ilman uskontoa on rampa, uskonto ilman luonnontiedettä on sokea.”*

Yleisin vastalause mystisinä pidettyjen tilojen tieteellisyydelle on, että ne ovat puhtaasti yksityisiä, sisäisesti koettuja subjektiivisia asioita. Niitä ei voi julkisesti arvioida, joka on yksi tieteellisyyden kriteeri. Mutta tämä ei ole totta. Tai jos se on totta, niin sama pätee kaikkeen ei-empiiriseen tutkimukseen kaikilla aloilla, esimerkiksi matematiikka, kirjallisuus, lingvistiikka, psykoanalyysi tai historiallinen tulkinta jne. Kukaan ei ole koskaan aistimaailmassa nähnyt jonkin negatiivisen luvun neliöjuurta. Sen voi nähdä vain koulutettu matemaatikko sisäisesti mielen//tietoisuuden/tajunnan/sielun ”silmällä”. Ja koulutettujen matemaatikkojen joukko tietää sekä yhdessä että erikseen täsmälleen mitä sillä tarkoitetaan, mutta he voivat jakaa sen tiedon vain tietyllä tietoisuuden linjalla (matemaattis-looginen) riittävän korkealla tasolla (vähintään formaalisoperationaalinen) olevan henkilön kanssa. (Wilber 2000a, 274.)

Hieman samalla tavalla kontemplatiiviset kokemukset voidaan jakaa – mutta vain niiden kesken, jotka tietävät omasta empiiris-fenomenologisesta kokemuksestaan, että mistä puhutaan. Tämän tietää luonnontieteilijäkin, jos Einsteinin on uskominen: *”Ainoa tiedon lähde on kokemus.”* Senpä takia myös esimerkiksi oman mielen hiljentymisen rentouttavasta vaikutuksesta voi käydä dialogia vain henkilön kanssa, joka on itse säilynyt *tietoisien tarkkaavaisuuden tilassa* mielen hiljentyessä. (Wilber 2000a, 274.)



Jatkaaksemme uskonnon ja filosofian rajapinnalla; niin esimerkiksi sanat ”buddha” ja ”kristus” ovat merkkejä eli symboleja, joilla on todellinen merkitys ja vastine vain niille, jotka ovat saavuttaneet korkeimman mahdollisen ihmisen saavutettavissa olevan tietoisuuden tason (Wilber 2000a, 281). Sen sijaan, meille muille ne ovat vain sanoja, kuten ”jackfruit” tai ”päälläseisonta” tai ”filosofia”. Jos ihminen ei ole koskaan nähnyt *jackfruitia* ei sanalla ole kovin paljon sisältöä hänelle. Mutta nykyaikana on länsimaista käsin suhteellisen helppo fysiosfäärissä lentää Intiaan ja etsiä *jackfruit* käsiinsä – ja jopa syödä ko. hedelmä. Päälläseisontaakin voi lähes kuka tahansa koko biosfäärissä alkaa harjoittelemaan; mutta kaikki ihmiset eivät välttämättä voi tulla siinä mestareiksi, kokeakseen sen suomat terveysvaikutukset kokonaisuudessaan. Kuka tahansa lukutaitoinen voi myös mennä kirjastoon, lainata jonkun filosofian yleisteoksen ja lukea sitä noosfäärissä – mutta kaikki lukutaitoiset, tai edes kaikki korkeakouluopiskelijat, eivät välttämättä opi propositionaalista logiikkaa hallitsemaan.

Buddha/Kristus -tietoisuuden saavuttaneen henkilönkin voimme löytää tästä aistimaailmastamme, mutta hänen puheitaan voi *todella* alkaa ymmärtämään vain teosfäärissä eli toinen transpersoonallisella tietoisuuden tasolla oleva henkilö. Ja mitä syvemmällä transpersoonallisessa maailmassa hän on, sitä enemmän voi ymmärtää. Mutta tällaisen henkilön voi tunnistaa hänen sanojen ja tekojen perusteella. Monet ”tavalliset” myyttis-rationaaliset ihmisetkin voivat inspiroitua hänen puheistaan ja teoistaan sekä saada mahdollisesti lohtua pelkästä läheisyydestä. Tai aina parempi, jos he saavat omakohtaisia oivalluksia hänen puheistaan, teoistaan, tai jopa pelkästä länsäolostaan (vrt. opettajan merkitys; *VII Kirje*). Ja tällöin ennen pitkää ollaankin jo matkalla transpersoonallisessa maailmassa - mutta se ei ole vielä sama asia kuin *nähdä* itse sielunsa silmin mitä tuo alkuperäinen puhuja *näkee*. (ks. Marion 2000.)

Kun tarkastellaan transpersoonallisuutta kautta historian, löytyy suhteellisen pieni joukko uskaliaita persoonia, jotka ovat syystä tai toisesta, tavalla tai toisella, pilkahtaneet tietoisuudellaan esiin harmaasta massasta. Tällä yksilöllisellä ”polullaan” he ovat usein littyneet pieneen samanhenkiseen ryhmään – tai vaihtoehtoisesti perustaneet tällaisen ryhmän itse - ja kehittäneet harjoituksia, ohjeita, sisäisiä kokeita ja paradigmoja; jotka voivat nopeuttaa prosessia, tai luoda hedelmällistä maaperää tietoisuuden tason nousulle ja/tai tajunnan tilojen muunnoksille. (Wilber 2009, 294–

296.) Mutta näiden takia voi tulla myös uuden tason häiriöitä, tai nousta esiin kehtiyshäiriöiden jäämiä menneiltä tasoilta, jos kaikki prosessin aikana ei loksahda riittävästi kohdalleen. (ks. esim. Assagioli 2006a; Marion 2000, 117–179.)

Esimerkiksi muuntuneessa tajunnan tilana tullut kokemus korkeammasta tasosta voi häiritä minuutta siinä määrin, että se taantuu ainakin osittain jollekin varhaisemmalle tukipisteelle, jossa sillä edelleen on jonkinlainen fiksaatio, torjunta tai mikä tahansa keskeneräinen tehtävä työstettävänä. Kun persoonallisen *egon* jumiuttavat valheelliset selitykset alkavat väistyä, niin aikaisemmat ongelmakohdat ponnahtavat pinnalle. Joka tapauksessa, nämä harjoitukset, kokeet ja ohjeet mahdollistavat muidenkin toistaa heidän tuloksensa, ja näiden avulla myös tarkistaa ja todentaa – tai vaihtoehtoisesti hylätä – heidän löytönsä. Näin ollen, monet edelläkävijät ovat jättäneet matkastaan tekemänsä ”kartat” meille. Mutta on äärimmäisen tärkeä huomioida, että pelkkä kartan teoreettinen ulkoa opetteleminen ei riitä sen enempää, kuin Havaijin kartan lukeminen riittää sinne pääsemiseksi. (Wilber 2009, 294–296; ks. esim. Assagioli 2006a.)

Joten on henkilökohtaisesti käytävä käsiksi ainakin yhteen tällaiseen *karttaan* ja kokeiltava sitä käytännössä. Aluksi se vaatii ehkä uskoa johonkin; mutta Augustinusta (2003) mukaillen tuo usko voi johtaa syvempään ymmärrykseen – ja uusii ymmärrys puolestaan syvempään uskoon. Mutta mikään ”kartta”, metodi tai perinne ei ole takuvarman virheetön. Ja jokainen oppijärjestelmä on vain Toden, Hyvän ja Kauniin representaatio – mutta ei absoluuttinen sellaisenaan, teoreettisena oppijärjestelmänä. Mikään filosofia tai elämäkatsomus ei ole täysin oikeassa tai täysin väärässä. Jokaisen opin ja teorian - tiedon ja taidon - tulisi saada mahdollinen arvovaltansa potentiaalistaan johtaa ihmisiä suurempaan vapauteen ihmisinä - kohti varsinaista ihmisyyttä. (Maehle 2006, 163.)

Olennaista on kuitenkin, että harjoittaa jonkinlaista tietoisuustaitoa; ja tämä tarkoittaa ihmisen sisäisen puolen osallistuvaa fenomenologiaa; ei pelkästään ulkoisen maailman empiiris-tieteellistä ulkoisten objektien tutkimusta. Toiset kartat ovat toista kattavampia; toiset karta voivat viedä korkeammalle tasolle, kuin toiset; jotkut jättävät tiettyjä tasoja kokonaan pois syystä tai toisesta; jotkut jakavat matkan pikkutarkasti jopa kymmeniin tasoihin alatasoineen – Platonin *Valtiossaan (V-VII Kirjat)* esittämä kartta on aika karkea, mutta tällainen kartta sekin silti selvästi on. (Wilber 2009, 294–295; ks. myös

Klemola 2004.) Ken Wilber (2000a) ihmisten henkisten harjoitusten pohjalta syntyneeseen eri kulttuurien väliseen vertailuun perustuen yrittänyt luoda ”yleismallin” - joka toimii eräänlaisena kattavana koostekarttana, jota ei ole sidottu mihinkään yhteen perinteeseen.

Tätä voisi havainnollistaa yksinkertaistetulla kaavalla minkä tahansa kaltaisen tiedon etsimisen kolmesta säikeestä:

A. Ensinnäkin on olemassa ehdoton edellytys: ”*Jos haluat tietää tämän, toimi näin.*” Jos haluan nähdä solun, hommaan itseni mikroskoopin äärelle. Jos haluan tietää miltä sisäinen maailmani näyttää eri kerroksineen, harjoitan tavalla tai toisella pitkäaikaisesti itsereflektiota, introspektiota, meditaatiota, kontemplaatiota – sanalla sanoen, tietoisuustaitoja.

B. Sen jälkeen voin *nähdä* itse – kehon, mielen ja/tai sielun silmillä; esimerkiksi havainnon, käsityksen, oivalluksen, tulkinnan tai intuition kautta.

C. Entä jos kuitenkin erehdyn? Vertaan keräämääni informaatiota, jonkun tai joidenkin kanssa, jotka ovat tehneet myös kahta ensimmäistä vaihetta samalla tavalla kuin minä. Sen jälkeen varmistun saamani tiedon oikeellisuudesta tai hylkään sen – ja joka tapauksessa tutkin lisää. (Wilber 2000a, 282.) Kuhn (1994) kutsui tällaista tietyllä toiminnan kentällä käytettyä yhteistä viitekehystä *paradigmaksi*; joten jokin tietyssä piirissä yhteisesti sovittu käytäntö, tekniikka tai metodologia on keskeisessä asemassa, jotta voimme syventää tietämystämme jossakin asiassa. Näin ollen, paradigma itsessään ei ole vastaavuutta objektiivisen todellisuuden eli ”absoluuttisen totuuden” kanssa, vaan intersubjektiivista konsensusta. (Wilber 2000a, 283.)

Akateemisessa maailmassa humanistisella puolella monet teoreetikot – ja vielä useammat New Age -liikkeessä – tarttuivat Thomas Kuhnin (1994, alunperin 1962) paradigma-ajatukseen oikotienä mitätöidä normaalitiede; redusoiden empiiriset faktat mielivaltaisiksi sosiaalisiksi sopimuksiksi, jotka pystyy tuosta vain korvaamaan uudella itse keksityllä paradigmat. Tällöin usein erehdytään pitämään paradigmaa jonkinlaisena yleisteoriaana tai pelkkänä hypoteesina, jonka ei tarvitse olla ankkuroituna mihinkään tutkimusperinteeseen - jolloin kaikki vanha voidaan kuitata vain ”*wanhana paradigmat*”. Mutta paradigma on ennen kaikkea joukko todellisia käytäntöjä ja metodologiaa, jolla on tietyt kumuloituneen tutkimustyön – ja, totta kai, myös ontologian – asettamat reunaehdot, jonka mukaan tietyt asioita ko. paradigman

puitteissa saa ja voi tehdä. Ja puolestaan tiettyjä asioita *ei* saa tai *ei* voi tehdä. (Wilber 2000a, 283; Kuhn 1994.)

Kontemplatiiviset traditiot ovat aina sisältäneet joukon harjoituksia, käytäntöjä ja metodeja, joissa ekspertiksi tuleminen vaatii vuosien päivittäisen harjoittelun – yleensä siis, paljon pitemmän ajan, kuin opiskelu esimerkiksi keskiverto akateemiseksi tutkijaksi. Ja mikä tärkeää, nämä käytännöt (esim. *zazen*, *taiji*, *vipassana*, *satsang*, *darshan*, *jooga*) eivät ole vain asioita joita ajatellaan, mietitään ja pohditaan. Niiden sijaan, ne ovat asioita, joita tehdään tavalla, joka muuntaa ihmistä. Kun yksilö tällaisella tiellä pikkuhiljaa tulee kyvykkäämmäksi paradigmaattisissa harjoituksissa (säie A), niin yksilö päätyy tietoisuuden tilaan, jossa uudenlaista tietoa on nähtävillä omassa tajunnassa (B). Tämä tarkoittaa suoria henkisiä kokemuksia oivallusten, käsitysten, ymmärryksen, *näkemisen*, valaistumiskokemusten, muuntuneiden tajunnan tilojen muodossa. Sen jälkeen tätä tietoa voi tarkistaa kommunikoimalla yksilöiden kanssa, jotka ovat jo aiemmin suorittaneet kaksi ensimmäistä vaihetta (C). (Wilber 2000a, 284; ks. esim. Iyengar 2005; Shibayama 1974; Marion 2000.)

Totta kai, eri kontemplatiivisilla perinteillä on omat erityiset ja kulttuurisidonnaiset sudenkuopat - rajoittavat kontekstit ja tulkinnat. Mutta siinä määrin kuin kontemplatiiviset perinteet mahdollisesti avaavat universaaleja aspekteja *Kosmoksesta*, niin kontemplatiivisten perinteiden ja niiden saavutusten syvärakenteiden tulisi osoittaa yhtäläisyyksiä yli kulttuurirajojen. Ja kun eri perinteitä vertaa toisiinsa, niin niissä on havaittavissa ja tulkittavissa suurelta osin samanlaatuisia piirteitä, mitä syvemmillä ja abstraktimalla tasolla liikutaan. Sen sijaan, pinnallisemmat rakenteet – eli varsinaiset subjektit ja objektit maailmankuvassa – ovat luonnollisesti monasti aikalailla erilaisia. Viime vuosina useatkin tutkijat ovat rationaalisesti yrittäneet rekonstruoida transperoonallista kehitystä. Johtopäätöksenä on ollut, että samanlaatuisia tasoja ja tiloja saavutetaan vaikka kulttuuriset ja lingvistiset erot voivat olla suuriakin. (ks. esim. Wilber, Egler & Brown 1986.)

Eri kontemplatiivisten traditioiden perusteella (esim. Mahamudra tiibetin-buddhalaisuudesta; Visuddhimagga Theravada-perinteestä; Jooga-sutrat vedalaisesta perinteestä; kabbalismi juutalaisuudesta; sufilaisuus islamilaisuudesta; kristilliset mystiset perinteet; kiinalaiset kontemplatiiviset perinteet) voidaan hyvällä syyllä olettaa,

että on olemassa ainakin neljä selkeästi toisistaan eroavaa transpersoonallista tasoa – noita tasojia voi sitten jakaa alakategorioihin. (Wilber 2000a, 285–286.) Tässä työssä noita neljää päätasoa kutsutaan nimillä (1) *psykykinen*, (2) *hienosyinen*, (3) *kausaalinen* ja (4) *ei-duaalinen*.

Niillä kullakin on oma erilainen maailmankuvansa, joita Wilber (2009, 295) on kutsunut – vastaavasti samassa järjestyksessä edeten - luontomystiikaksi, jumaluusmystiikaksi, muotoa-vailla-olevaksi mystiikaksi ja ei-dualismiksi. Mutta kuten tähänkin asti, niin tämä porrasmaisesti paperilla esitetty hierarkia ei ole tärkeintä sellaisenaan. Syynä tähän on, että kukin yksilöllinen ja ainutlaatuinen portaiden nousija eli minuus on omine elämänhistorioineen, kokemuksineen ja oivalluksineen joka tapauksessa ainutlaatuinen tapaus – matkalla luolasta kohti Aurinkoa – jonka takia yksikään teoria ei omaa samaa itseisarvoa kuin ihmisyksilö. Josta seuraa, että teorioista ei tulisi tehdä ideologioita. Eli ihmisyksilöä ei tule yrittää muovata teorian kaltaiseksi. (Wilber 2000a, 285–286; Marion 2000, 69-216.)

Kehityopsykologinen teoria on vain apuväline, joka voi auttaa kutakin ihmisyksilöä ymmärtämään joitakin asioita omassa sisäisessä maailmassaan. Lisäksi se voi auttaa myös auttamaan muita – mutta muiden ”auttamisessa” täytyy monestakin syystä olla jo tarkempi kuin ”itseavussa”. Kukin yksilöllinen minäsystemi mahdollisesti eri tasoilla olevine tietoisuuden linjoineen; ja mahdolliset kehityshäiriöt menneisyyden taakkanaan; ja mahdollisesti ajoittaisine muuntuneine tajunnan tiloineen; sekä päätukipisteineen luo oman ainutlaatuisen polkunsä eli toisin sanoen, kukin minäsystemi on hyvin notkeasti muovautuva autoteelinen minäsystemi – mikrokosmos makrokosmoksessa. (Wilber 2000a, 285–286; Marion 2000, 69-216.)

Ja tahdon vielä painottaa, että oli perinne mikä hyvänsä, niin kehitys harvoin on mitenkään selkeän suoraviivaista. Vaikka kehitysvaiheiden kautta kulkevaa kasvua voidaankin tietoisesti pyrkiä nopeuttamaan, niin mitään vaihetta ei voi varsinaisesti sivuuttaa. Eteenpäin voidaan siirtyä huippukokemustenkin avulla – välillä jopa hyppäyksenomaisesti – mutta uuden tukipisteen eli tietoisuuden tason perustaa on joka tapauksessa luultavasti myöhemmin korjailtava, yhdistettävä ja lujitettava. (Wilber 2009, 297.)

Akateemiset oppineet tai mitkä tahansa kirjaviisaat olettavat yleensä transrationaalisten *holarkoiden* kuvaamisen olevan ensisijaisesti metafyyssistä filosofiaa. Varsinkin korkeimpien tasojen oletetaan olevan vain teoreettis-spekulatiivisia konstruktioita, jotka ovat jonkinlaisiin postulaatteihin tai hypoteeseihin perustuvia deduktioiden tuloksia – tai vain suorastaan silkkaa mystiikka (lue: ”mitä-lie-huuhaata”). Mutta, itse asiassa, nämä transpersoonallisten tasojen ensikäden tietoon perustuvat kuvaukset ovat läpikotaisin, alusta loppuun, todellisten kontemplatiivisten oivallusten tulosta ja, näin ollen, suoraan empiiriseen fenomenologiaan perustuvaa kehityspsykologiaa. (Wilber 2000a, 346.)

Näitä korkeimpia tasoja ei voi kokea tai dedusoida rationaalisesti, vaikka niistä voidaan saada mittaustuloksia. Nimittäin, kun yksilö kokee ns. henkisen kokemuksen eli muuntuneen tajunnan tilan (ylävasen), niin hänen aivokäyränsä muutokset voidaan objektiivisesti mitata EEG:llä (yläoikea); mutta niiden laatu on vain kokijan ja saman sisäisesti kokeneen tiedossa - mittaaja ei voi sitä kokea, eikä näin ollen ymmärtää sen laatua (ks. liite 1). Tiedämme, että ihmisen kokema myötätunto on ihmisen kokemana tuntemuksena ja ”ympäristöystävällisyydellä” arvioiden laadullisesti parempaa kuin murhanhimo, mutta EEG-laite ei tiedä sitä, se vain rekisteröi määrällisen muutoksen. (Wilber 2000a, 447.) Joka tapauksessa, transpersoonallisia tasojakin voidaan, tietyin rajoituksin, rationaalisesti rekonstruoida jonkinlaisiksi systemaattisiksi teoreettisiksi malleiksi. Mutta mallin *idea* on yleensä löydetty systemaattisella ei-käsitteellisellä metodin harjoittamisella, ja ne on vahvistettu yhteisössä, josta löytyy jo saman tien kulkeneita yksilöitä. (Wilber 2000a, 346.)

Vaikka tällaiset harjoitteet ovat jääneet länsimaisessa filosofiassa marginaaliin (ks. esim. Thesleff 1989, 149); niin esimerkiksi Varto (1993), Klemola (2004) ja Hadot (1995) ovat tulkinneet Platonia siten, että kontemplaatio erilaisten harjoitusten avulla on kuulunut platoniseen perinteeseen alusta asti – ja näin ollen niiden tulisi kuulua filosofiaan nykyäänkin. Ja sen tueksi Platon kuvailee kontemplaatiota: *”Meissä asuvalle jumaluudelle ovat samansyntyistä liikettä maailmankaikkeuden ajatukset ja pyörimisliike. Itse kunkin meidän tulee seurata näitä ja omassa päässämme korjata kiertoradoissa havaittavat häiriöt, jotka niihin ovat tulleet meidän syntyessämme, oppimalla tuntemaan kaikkeuden sopusointuiset liikeradat ja tekemään alkuperäisen olemuksemme mukaisesti ajatteleva osa itsessämme samanlaiseksi kuin se, mitä*

*ajattelemme.” (Timaios 90d.)*

Palataksemme vielä järjen tai rationaalisuuden aikakauden (*age of reason*) käsitteeseen; tässä työssä Järki isolla J:llä viittaa vähintään visiologiseen tietoisuuden tasoon. Mutta kun yleensä puhutaan järjen aikakaudesta, niin sillä viitataan lähinnä tavanomaiseen formaalis-operationaaliseen ”järkeilyyn” - joka on siis yleensä aika materialistista ja kunnianhimoista sekä vailla kokonaisvaltaista näkemystä. (Wilber 2000a, 385.) Kirkko-uskonnollisuus on ollut usein naurun aihe tällä järjen aikakaudella. *Taso/linja*-erheen vuoksi myös kontemplatiivisten filosofi-viisaiden opit on joutuneet naurunalaiseksi, koska hekin ovat puhuneet asioista, joita ei voi rationaalisella järjellä ymmärtää. Näin lentää, siis, (transendentaalinen) lapsi (myyttisen) pesuveden mukana ulos järjen maailmasta. Mutta Platonille ja uusplatonisteille *Logos*-Järki on oman paikkansa näkemistä *Kosmoksessa*. Todellista todellisen Järjen käyttöä on *nähdä Olemisen Suuri Holarkia* ja asettaa itsensä harmoniseksi osaksi sitä - ja ottaa tuo oma osansa vastaan hyvillä mielin. (Wilber 2000a, 409; ks. esim. O’Meara 1996; *Valtio, Kirja X*.)

Pitkäsen (1994, 35-41) mukaan Platon näkee ihmisen järjellisyys osuutena eräänlaisesta ”universaalijärjestä” - ikään kuin tietoisuuden pisara tietoisuuden meressä - sielun järkiosa eli *logos* on siten ihmisen jumalallinen komponentti. Tämän jumalallisen komponentin kautta ihminen on joko enemmän tai vähemmän tietoisesti, tai myös täysin tiedostamattaan jollakin tasolla, yhteydessä ikuisesti olevaan eli siihen alkuperäiseen, kaiken taustalla olevaan alkujaan ”ilmentymättömään” olevaiseen. Ja sitä kautta avautuu todellinen tieto – tämä avautumisprosessi on tietoisuuden tason nousemista. (ks. esim. Marion 2000, 183–214.)

Jo uusplatonisti Plotinoksella oli aikanaan samankaltainen jatkumo, kuin tässä kuvataan jonain transpersoonallisena: hänen filosofian avainkäsite on hypostaasit eli yliasitilliset tasot, jotka ensimmäistä lukuun ottamatta, muodostavat jatkumon, jolla kaikki ”alempi” eli ”ulompi” on osallisena ”ylemmässä” eli ”sisemmässä”. Alempi hypostaasi on aina riippuvainen sitä edeltävästä ylemmästä ja siinä realisoituu samalla erilaisuuden periaate. Vain Ykseys on täysin itseriittoinen, liikkumaton ja samana pysyvä. (Thesleff 1989, 444; O’Meara 1996, 22–59.) Mutta Hadot’n (1993, 72) mukaan Plotinoksen filosofia on silkkaa mystiikkaa sellaiselle, joka ei ole mitään muuta sisäistä elämää omannut kuin ajattelevan mielen ja ”riehuvat tunteet” (vrt. esim. de Mello

2009).

Mielenkiintoinen yhtymäkohta näkemisen ja filosofian väliltä löytyy myös intialaisesta sanasta, joka vastaa sanaa ”filosofia”: Filosofiaa vastaava sanskritin kielinen termi on *darshan* - joka ei tarkoita viisauden rakastamista, kuten filosofia - vaan se viittaa suoraan *näkemiseen*. Sillä on siis sama etymologia, kuin sanalla ”näkeminen”. Ja kun jonkun intialaisen perinteen opettaja tapaa oppilaitaan – jossa oivallus voi singahtaa sielusta toiseen - kutsutaan sitä *darshaniksi*. (ks. esim. Broo 2010; vrt. *VII Kirje*.) Mutta nyt syvennymme tuon *näkemisen* eri asteisiin...



#### 4.6.1 Psyykkinen tietoisuuden taso

“*Själet har intet kön.*”

- Ruotsin Kuningatar Katarina (1600-luvulta) -

Tämän päivän tietoyhteiskunnissa rationaalisen tason saavuttaminen aikuisuudessa on kutakuinkin tavallista – rationaalinen edustaa sitä ns. normaalia. Rationaalinen taso alkaa joillakin muuntumaan visiologiseksi (eli eksistentiaaliseksi, dialektiseksi aperspektiiviseksi jne.) – ja silloin ollaan jo transpersoonallisen kynnyksellä. Olemisen kolme ensimmäistä olomuotoa tässä universumissa ovat siis *fysiosfääri*, *biosfääri* ja *noosfääri*. (Wilber 2000a, 288.) Eli ihmisyyksilöön sovellettuna; meillä on *fyysinen keho*, joka on elävänä ollessaan *biologisten prosessien* alaisuudessa ja *ajatteleva mieli* (*nous*) suuntaa paljolti tuota elävää kehoa. Seuraava olemisen muoto, tällä hyvin yleisellä ja karkealla tasolla ilmaistuna, on sielu – niin kun sanaa ”sielu” tässä työssä pääasiassa käytetään - käsittäen tietoisuuden tasot psyykkisestä eteenpäin. Toisin sanoen tällöin minuus alkaa yleensä yhä enenevässä määrin samaistumaan transendenttiseen *egoon*.

Sielu on hyvin uskonnollissävyytteinen termi, mutta toisaalta se on myös ollut ”psyykkeen” synonyymi sekä filosofiassa (jopa vuosisatoja yhtäjaksoisesti) että psykologiassa (vain vuosikymmeniä sitten). Tässä työssä ”sielu” on olevaisena entiteettinä aina jotain transpersoonallista. Tästä seuraa, että sielu sisältää itsessään empiirisen ja persoonallisen *egon*. Usein kuulee sanottavan, että ”minulla on sielu” - ja ”minä”-sanalla viitataan yleensä empiiriseen *egoon* - jolloin ihmiskäsitys on hieman erilainen, kun tässä työssä. Toisin sanoin ilmaistuna, pikemmin niin, että sielulla eli transedenttisellä *egolla* ON mieli/keho-konstruktio eli empiirinen *ego*, kuin päinvastoin. (Marion 2000, 69-86.)

Sana ”transpersoonallinen” myös sekoittaa ja hämmentää monia ihmisiä, mutta yksinkertaisesti ilmaistuna sielun tasolla ei olla vain tietyn nimen omaavia mieli/keho

-konstruktioita (esim. Marko Mikkilä); ei vain tiettyjä rooleja omaava persoona (esim. äiti, opettaja, poliisi, johtaja jne.); eikä sillä ole edes sukupuolta. Mutta kyse ei ole persoonan negaatiosta, sillä ylemmälle tietoisuuden tasolle noustessa aina sisällytetään alemmat tasot uudessakin olemisen muodossa. Näin ollen, saamme kaavan: transpersoonallinen = persoonallinen+jotain extraa. (Wilber 2000a, 288.)

Transpersoonallisella tasolla ”parapsyykkiset” kokemukset voivat lisääntyä – toiset ovat alttiimpia tai herkempiä tällaisille kokemuksille, kuin toiset - mutta nuo ”huippukokemukset” eivät kuitenkaan varsinaisesti määrittele tätä tasoa, vaikka se nimensä onkin saanut niiden mukaan. Psykkisyys, tai transpersoonallisuus yleensäkin, ei ole läheskään niin mystistä kuin äkkiseltään voi mieleen assosioitua, sillä jo visiologisella tasolla aletaan ylittämään empiirinen *ego*. Kuka tahansa, juuri NYT, voi olla tietoinen omasta objektiivisesta tarkkailevasta *Itsestään*. Kuka tahansa voi pysähtyä vain yksinkertaisesti tarkkailemaan omia ajatuksiaan, tunteitaan ja kehoaan. Ja samaistumalla tuohon tarkkailevaan aspektiin minäsysteemissämme, voimme oppia ymmärtämään, että emme pohjimmiltamme ole nuo ajatukset, tunteet tai keho. Sen sijaan, voimme havainnoida, että olemmekin jotain joka voi olla tietoinen kaikesta siitä; ilman, että SE tietoinen tarkkaileva, tapahtumia todistava *joku* pohjimmiltan koskaan muuttuu. (Wilber 2000b, 183–186; ks. esim. Tolle 2006.)

Jim Marion (2000, 79) ilmaisee asian osuvasti eli ”*olet nyt kiinnostuneempi siitä mitä tapahtuu sisälläsi, kuin ulkoisessa maailmassa*”. Mutta tämä ei todellakaan tarkoita ulkomaailman velvollisuuksien unohtamista ja laiminlyöntiä, vaan vertauskuvallisesti - Platonia muistaen - ilmaistuna ”luolaan on palattava takaisin” aina uudestaan ja uudestaan. Keho on todellakin sielun temppeli, niin kuin sanotaan (ks. esim. Klemola 2004). Ja empiirisen *egon* se toinen entiteetti eli mieli voi olla sielun työkalu. Ja tätä tarkoittaa ”*Tunne itsesi*”, niin kuin kuuluisa, mahdollisesti parapsyykkinen, Delfoin oraakkeli sanoi Sokrateen aikana – ja jota Sokrates usein siteerasi Platonin (1999) mukaan.

Tämä tarkkailija tai havainnoija ihmisessä transsendentoi muusta maailmasta erilliseksi itsensä kokevan persoonallisen *egon*. Ja näin avautuu, sen tilalle, sisältä käsin laaja-alaisempi tajunta, joka ei ole enää pelkästään keho/mieli; joka ei enää pelkästään pelaa erilaisia sosiaalisia pelejä muiden ihmisten kanssa kilpaillen; joka ei ole enää pelkästään

kiinnostunut tulevista ja menevistä materiaalisista ja aistillisista nautinnoista. Jokaisella transpersoonallisella tasolla tasokohtaiset Ykseyden kokemukset omaavat tietyn ominaislaadun – jonka lisäksi voi aina tulla ns. huippukokemuksia, joiden ansiosta päästään kurkistamaan *Kosmoksen* ylävasempaan (ks. liite 1) vielä korkeammalle tai syvemmälle. Tällä Wilberin psyykkiseksi nimeämällä tasolla koetaan enimmäkseen Ykseyden kokemuksia sensorimotorisen maailman kanssa eli yleensä luonnon kanssa. Mahdollisesti monet ekoromantikot ovat kokeneet tällaisia kokemuksia, mutta he eivät välttämättä osaa tulkita omia kokemuksiaan tietoisuuden jatkumon laajemmasta perspektiivistä käsin. Tätä Ykseyden tunnetta voi kuvailla monella tavalla; ero empiirisen *egon* ja muun maailman välillä häviää; tai ero subjektin ja objektin välillä katoaa; sisäpuoli ja ulkopuoli menettävät merkityksensä. (Wilber 2000a, 289–290; Marion 2000, 69–86.)

Tässä on hyvä huomauttaa, että kyse ei todellakaan ole psykoottisesta adualismista; koska omat rajat tunnetaan, itse asiassa, paremmin kuin aiemmin. Tämän takia maailmankuvaa kutsutaankin luontomystiikaksi. Ja nimenomaan psyykkiselle tasolle omaisia kehityshäiriöitä voikin korjata luontomystiikaksi laskettavissa olevilla harjoituksilla, rituaaleilla ja vaihtoehtohoidoilla. (Wilber 2009, 249.) Tämä kaikki saattaa kuulostaa huikealta ”kvanttihypyltä” eteenpäin henkisessä kehityksessä, mutta sitä se ei itse asiassa ole, sillä jo visiologisessa tukipisteessä transsendenttoidaan sosiaaliset roolit eli samaistutaan osan ajasta varsin suuriin kokonaisuuksiin, kuten koko ihmiskuntaan tai ekosysteemiin. (Wilber 2000b, 183–186.)

Mutta tämä tapahtuu tässä vaiheessa vielä enimmäkseen ajattelevan – mutta jo maailmakeskeisen - mielen kautta; omakohtaisen suoran holistisen kokemuksen sijaan. Tähän asti on yksilönä päästy järjestyksessä läpi materiaalisen identiteetin (fysiosfääri), biologisen identiteetin (biosfääri), egosentrisen mentaalisen identiteetin ja etnosentrisen mentaalisen identiteetin (noosfääri) kautta maailmakeskeiseen identiteettiin, jonka esimerkiksi etnosentrisen puhe on maailmakeskeisen korvissa todella vaivaannuttavaa, kun näköalat ovat kirjaimellisesti paljon laajemmat. Eli monta suurta ja merkittävää paradigman muutosta on jo koettu! (Wilber 2000b, 183–186; Marion 2000, 69–86.)

Palataksemme näihin ykseydenkokemuksiin, niin ne saattavat tulla myös esimerkiksi haluna kohdella luontoa kuin omia sisuskalujaan, joita niitäkin on korkeamman

tietoisuuden ansoista alettu luonnostaan – spontaanisti - kohtelevaan viisaampien valintojen kautta yleensä paljon aiempaa paremmin – eli tästä seuraa spontaani ympäristöetiikka ja terveelliset elämäntavat. (Marion 2000, 69–86.) Siitä tuleekin mieleeni irvokas yhtyeys ”ego-logian” ja ekologian ja maatalouden väliltä: Kun puhumme nimenomaan tehomaataloudesta, niin ongelma on tavallaan aika yksinkertainen: massiiviset määrät paskaa. Niin paljon paskaa, niin huonolla jätehuollolla varustettuna, että se valuu jokiin, järviin ja meriin – tappaen elämää ja saastuttaen ilmaa tavalla, joka on todella tuhoisaa myös ihmisten terveydelle. (Foer 2009, 174.)

Mutta ekoromantikot monasti menevät tässä kohti harhaan pelkistäessään mahdolliset *Ykseydenkokemukset Kosmoksen* oikean eli ulkoisen puolen empiiriseen holismiin, jolloin he ikään kuin ”päästävät ilmat” sisäisistä ulottuvuuksistaan (ks. liite 1). Tällaiset teoreetikot pelkistävät *Kosmoksen* ekososiaalisen systeemin monologiseksi kartaksi – latteaksi *tasamaan* kartaksi, joka on pelkkää pintaa - vailla syvyyttä. Tällaisten kokemusten selittäminen yksinomaan systeemisten teorioiden tai biologisen elämänverkoston termien avulla on vain yksinkertaisesti huonoa laadullista tulkintaa. Ekofilosofia ei yleensä käsittele tietoisuuden sisäisiä vaiheita, vaikka ilman niitä ei ole tietä parempaan, uuteen maailmaan, jonka perään he kuitenkin haikailevat. Vain yksilöllisen sisäisyyden kautta ihmiset pääsevät matkaan kohti parempaa maailmaa. Ilman kontemplaatiota, meditaatiota ja tietoisuutaitoja on vain korkea tavoite, mutta ei varsinaista polkua. (Wilber 2009, 302.)

Tähän liittyen, jokainen differentaatio voidaan nähdä häiriönä; joten myös differentiaatio biosfäärin ja noosfäärin välillä nähdään häiriönä – harmonian rikkoutumisena - vaikka se onkin oikeastaan luonnollista kehitystä. Ja joka tapauksessa, ihmisen harmonia luonnon kanssa on hyvin vaikea – ehkä jopa mahdotonta - määritellä. Wilber (2000a, 476) muistuttaa, että Lenskin (2005) mukaan jo aikaisemmat ihmisheimot jättivät asuinsijansa, kun alueen luonto oli kaluttu tyhjiin ravinnosta. Mutta modernin ajan kulttuuri-*egot* – joiden tuhoamiskapasiteetti on paljon aiempaa suurempi - ovat päästäneet aisti- ja mielihalunsa hallitsemattomasti valloilleen ja se on jättänyt heidät eristyneisyyden tunteeseen, myyttisiin pelkoitiloihin tai eksistentiaaliseen ahdistukseen, ja päälle päätteeksi elämän tarkoituksettomuudentunteen valtaan. (Wilber 2000a, 476-477.)

Kulttuuri-*egojen* nykypäivän vastarintaliike eli ekoromantikot puolestaan haikailevat takaisin luolamiehiksi ja -naisiksi. Kun ekoromantikot tekevät biosfääristä absoluuttisen todellisuuden niin kulttuuri-*egot* tekevät noosfääristä jotain vataavaa (en tiedä voiko ajattelevasta mielestä tehdä millään muotoa ”absoluuttista todellisuutta” edes kaikista kultturelleimmissa ja elitistisimissä rationaalisissa mielissä? tekijän huom.) – ja tällä tavalla erilleen repäistyinä niitä ei voida integroida. (Wilber 2000a, 476-477.) Hyvä kysymys on, että voivatko ajattelevat *noosfääriset*-olennot eli *homo-homo-sapiens*-ihmiset – nämä alastomat apinat, joiden täytyy mm. lämmittää asumuksensa - olla harmoniassa *biosfääri*-luonnon kanssa? Tai Luonnon kanssa? Tai LUONNON kanssa? Sanoisin, että LUONNON kanssa se on mahdollista nimenomaan ottamalla huomioon *Kosmoksen* kaikki neljä kulmausta (ks. luonto/Luonto/LUONTO-käsitteenmäärittely, luvussa 2; ks. myös liite 1).

Joka tapauksessa, näistä *Kosmoksen* kulmauksista ylävasen eli yksilöllinen sisäisyys on kuitenkin kasvatuksen, ja itse asiassa koko ekosysteemin, kannalta erityisen tärkeässä asemassa; *koska* vain sisäisyyden kautta jonkinlainen valo voi loistaa kauttamme tähän maailmaan, joka muuntaa tätä maailmaa kohti suurempaa eheyttä. Ja tällä hetkellä tarvitaan maailmaan enemmän ”transpersoonallisuuksia”. Nämä ”transpersoonat”, joiden kautta sielu loistaa tähän maailmaan, eivät ole heikkoja persoonia - vaikka he eivät yritäkään koko ajan ajaa omaa etuaan. Hehän ovat aina *persoonallisia+jotain extraa*. Painotan, että tietoisuuden tasot eivät siis ole persoonallisuustyyppejä – ihminen voi olla joko introvertti tai ekstrovertti millä tahansa tietoisuuden tasolla. Joka tapauksessa, juuri sen takia, koska he eivät ole enää yksinomaan samaistuneet empiiriseen *egoonsa*, heidän kauttaan virtaa sielun tason olemista – transendentaalista *läsnäoloa* - tähän maailmaan - ja tällä tavalla eheyttäen lähiympäristöään, ja tätä maailmaa. (Wilber 2000a, 289–290; Marion 2000, 69–86; ks. myös *VII Kirje*.)

Vaikka transpersoonallinen psyykkisyys – ja siihen usein liittyvät parapsyykkiset ilmiöt - saattavat näyttäytyä hyvin eri tavoin, niin kyseessä silti aina yhteinen psyykkeen syvärakenne, joka sen erilaiset tajunnan tilat ja tietoisuuden tason muodostaa. Ja tästä alkaa silminähtävän todellisuuden ylittäminen sekä tavallisen kehon, mielen ja kulttuurin ylittäminen. (Wilber 2009, 305–306.) Jos kognitiiviset kyvyt kehittyvät tässä kuvailtavalle psyykkiselle tasolle, niin laadullisesti uudenlaisia kohteita vain

yksinkertaisesti havaitaan, koska ollaan jo herkempiä viiden fyysisen aistin lisäksi aistimaan myös muilla tavoin – näitä muita tapoja voisi kutsua yleisillä termillä *intuitio*, joka on eräänlainen ”sateenvarjokäsite” tässä työssä.

Intuition alle kuuluvat näkyjen näkeminen (*clairvoyance*), ”korkeamman voiman” sanojen kuuleminen (*clairaudience*), kaikenlaisten energioiden aistiminen (*clairsentience*), telepatia, käsillä parantaminen, kehosta poistumiskokemukset, kielillä puhuminen, enneudet tai vain yksinkertaisesti ”aavistaminen”, joka on oikeaan osuessaan aina jonkinasteista profetiaa. Platonisesti ilmaistuna ihminen alkaa todella *näkemään ideoita*, ja sokraattisesti ilmaistuna voidaan puhua *daimonionin* äänen kuulemisesta. Tämä on osa evoluutiota aivan kuten aistimaailmassa havaitaan ensin karkeampia objekteja, ja sitten hienovaraisempia; ja mentaalisessa maailmassa astettaisiin kompleksimpia mielikuvia. (Wilber 2009 305–309; Marion 2000, 69–86; *Valtio, VII Kirja*.)

Kun ne yksinkertaisesti vain ovat oman tajunnan ulottuvilla, niin niiden todellisuuden määrittelemisellä ei tarvitse välttämättä vaivata päätään – ja niitä onkin mahdoton todistaa ihmiselle, joka ei vielä ole itse samalla tasolla. Mutta painotan vielä, että suurimmalla osalla ihmisistä tällä tasolla on kyse vain intuitiivisesta ”aavistamisesta ja aistimisesta” - joka on itse asiansa aika tavanomaista - ilman mitään kovin mystisiä parapsyykkisiä kokemuksia. (Wilber 2009, 305–309.) Ja kun kaksi tämän tason ihmistä kohtaa, niin he ymmärtävät toisiaan, kun puhuvat näistä asioista – ihan niin kuin kaksi fyysikköä, biologia, psykologia tai akateemista teologia voivat ymmärtää toisiaan puhuessaan ”ammattikielellä”. (Bereiter & Scardamalia 1993.)

Annan tässä vielä esimerkkejä tämän tason huippukokemuksista – muuntuneista tajunnan tiloista - jotta niiden tunnistaminen olisi helpompaa: Voimme tuntea telepaattisen yhteyden toiseen ihmiseen, joka on pitkänkin matkan päässä; esimerkiksi voimme arvata, kuka soittaa puhelimen soidessa, ja saatamme arvata, mitä hän seuraavaksi sanoo. Voimme alkaa aistimaan kaikenlaisia energioita, varsinkin emotioiden muodossa, entistä herkemmin; esimerkiksi kun kävelemme huoneeseen saatamme aistia jännitteet ihmisten välillä tai mikä on huoneessa olevan ryhmän ”nökkimisjärjestys”. Voimme alkaa kuulemaan ”päässämme” sanallisia viestejä, jotka ohjaavat toimintaamme viisaasti, tai esimerkiksi muusikko saattaa alkaa kuulemaan

entistä enemmän uutta musiikkia päässään valmiina, jonka hän sitten voi ”säveltää ilmoille” instrumentillaan. Voimme alkaa näkemään entistä hienosyisempiä energian muotoja, esimerkiksi jokaista ihmistä ympäröivän energiakentän, joka on eri ihmisillä eri suuruinen ja vahvuinen, sisältäen mahdollisesti eri värejä – tai saatamme nähdä, että esimerkiksi kiinteä kiviseinä värähtelee tai aaltoilee (kuten kvanttifysiikot meille kertovatkin empiiristen kokeiden pohjalta). Mitä korkeammalla tietoisuuden tasolla ihminen on sitä hienosyisempää energiaa hän värähtelee, ja korkeamman tason energia voi olla parantavaa suhteessa alemman tason energioihin; joten voimme alkaa myös tuntemaan energioita sekä niiden laatuja itsessä ja muissa; ja sen avulla voimme mahdollisesti hoitaa ihmisiä omalla energiallamme esim. käsiemme kautta. Saatamme alkaa näkemään aiempaa enemmän synkroniteettia elämän tapahtumissa – eli kuinka ”asiat lokahtavat kohdalleen”. Voimme alkaa ns. puhumaan kielillä, mutta tuotamme järkeenkäypää tekstiä vain ollessamme jo vähintään psyykkisellä tasolla – jos alemmalla tasolla oleva ihminen, muuntuneen tajunnan tilan kokemuksen myötä, saa hetkellisesti kielillä puhumisen lahja, niin on se yleensä ”siansaksaa”. Saatamme myös havaita uudella tavalla – intuitiivisesti - kuinka todella suuren karhunpalveluksen media tekee kaikenlaisen negatiivisesti latautuneen informaation esittämisessä, oli sitten kyse uutisista tai fiktiosta; kaikenlainen väkivalta, katastrofi-uutisointi, uhkakuvien levittely lisää negatiivista värähtelyä tässä maailmassa, muuttuen mahdollisesti itseään toteuttavaksi ennusteeksi – jo kaiken tapahtuneen jatkeeksi. (Marion 2000, 69–82.)

Tai erona entiseen voi olla yksinkertaisesti sen ymmärtäminen, että ajatteleminen on itsessään jumalallinen tapahtuma, ja kun tunnistat ajatusten pyhyiden, mielikuvillasi on aivan toisenlainen voima kuin ennen. (Dyer 2002, 75.)

Tällä tasolla saattaa alkaa avautumaan myös ns. *mystinen fysiologia*. ”Mystinen fysiologia” on alkujaan uskontotieteilijä Mircea Eliaden (1989) termi. Kun omaa elivoimaa tutkitaan oman kehonkomuksen kautta erilaisin meditatiivisin harjoituksin ja tietoisuustaidoin saatamme alkaa havainnoimaan kehon kokemuksellista rakennetta paljon monikerroksisempana ja hienosyisempänä, kuin aiemmin. Tämä ihmisen kehon ”hienovarainen fysiologia” tunnetaan monissa kulttuureissa, ja tänä päivänä länsimaissa tunnetuimpia metodeja tämän kokemustason avaamiseen ovat hindulainen, taolainen ja buddhalainen jooga. Kaikki nämä perinteet tunnistavat ihmisessä hienovaraisia kerroksia, jotka eivät avaudu objektikehon tarkastelussa. Esimerkiksi länsimaissakin

hyvin tunnettu kiinalainen lääketiede perustuu mystiseen fysiologiaan. (Klemola 2004, 219-220.) Objektikeholla tarkoitan fyysistä kehoa tarkasteltuna ulkoapäin esineellistäen länsimaisen tieteen tavoin (Klemola 2004, 77-80).

Kun kehon kautta tavoitellaan itsetuntemusta objektikeho muuttuukin yksilölle itselleen *kontemplatiiviseksi kehoksi*. Jotain meditatiivista harjoitusta tehdessäni saatan tuntea kehossani esimerkiksi lämpöä, värinää, elävyyttä, täyteyden tunnetta, sähköistä pistelyä, voimaa ja tietoisuutta. Näitä kaikkia voisi kuvata yleistermeillä *elämä*, *elinvoima*, *vitaalisuus*. Tietoisuutaidoilla alamme siis aistimaan kehossa olevan jatkuvan elämän, sen energian ja elinvoiman. Jonkinlainen vitalistinen perinne löytyy kaikista suurista kulttuureista. Elinvoimaa on kutsuttu monilla eri käsitteillä; kiinassa *qi*, japanissa *ki*, intiassa *prana*, Afrikassa *elima*, Pohjois-Amerikassa *сила*, Euroopassa esim. *pneuma* ja *élan vital*; ja antiikin kreikassa *psykhe* (joka on osuvasti tämän ensimmäisen transpersoonallisen tietoisuuden tason nimi). (Klemola 2004, 207–210.) Tämä elinvoima on ihmisessä eräällä tavalla kehon ja mielen välissä; minne kohdistamme mieleemme, sinne virtaa elinvoimaa (Klemola 2004, 213-214); voisiko sanoa, koska ajatus on itsessään jumalainen tapahtuma...

Tietoisuustaitojen intensiivisellä harjoittamisella voimme oppia – tai kasvaa – tunnistamaan tämän ”elämän raaka-aineen” kulkua; kulkureittejä; tukoksia kulkureiteissä; ja kulkureittien risteymiä, jotka ovat eräänlaisia energiakeskuksia (intiassa ja tiibetissä *chakra*). Yleensä ne harvat nykytutkijat, jotka asiasta jotain tietävät – tai haluavat tietää – korostavat näiden elinvoimaan liittyvien kokemusten nimenomaisesti kokemuksellista luonnetta. Tarkoittaen että energiasta ja energiakeskuksista puhumista voi pitää muinaisten kontemplatiivisten harjoittajien omien kokemustensa käsitteellistämistapana. Eli ne edustavat intensiivisen harjoituksen mukanaan tuomia kokemuksillisia tiloja, jotka voi kokea kontemplatiivisessa kehossaan, mutta joita ei voi löytää objektikehosta. (Klemola 2004, 220–221.)

Kyse on siis ilmiöstä, jota länsimainen tiede ei – ainakaan vielä – tunnista. Yleensä siis vaaditaan pitkäaikaista harjoitusta, muttaa joskus kokemukset mystisestä fysiologiasta voivat avautua spontaanisti hyvin lyhyenkin harjoituksen pohjalta, ja kokemukset voivat olla hyvinkin voimakkaita jopa järkyttäviä. Ongelmana nimittäin on, koska länsimainen tiede ei niitä tunnista, kielletään niiden todellisuus – ja niiden tutkimus yhäkin jatkuvasti



laiminlyödään lähes täysin. Ja länsimaisten uskontojen myyttisen tason selitys taas on kuitata ne ”paholaisen aiheuttamaksi ilmiöksi”. Tämän takia voi harjoittaja ajautua syväänkin henkiseen kriisiin. (Klemola 2004, 220–221.)

Klemola (2004, 207) kysyykin olennaisen kysymyksen: Jos otetaan kantaa elinvoiman käsitteeseen toteamalla, ettei sellaista ole olemassa; niin mitä silloin ontologisesti kielletään? Ja millä perusteilla kysyn minä; kun elinvoiman eri ulottuvuuksien tunnistaminen itsessään sisäisesti vaatii yleensä keho/mieli-instrumenttinsa harjaannutammista herkemmäksi ja herkemmäksi? Ehkä olisi naiivia kieltää ihmisten sisäiset kokemukset sinänsä; mutta metafysiikka eli teoreettinen uskomusjärjestelmä voidaan toki kieltää? Mutta voidaanko kieltää kiinalaisen perinteisen lääketieteen hoitotulokset? (Klemola 2004, 216–218.)

Nämä elinvoiman tuntemukset ovat tietoisuustaitojen harjoittajalle arkipäivää; mutta palatkaamme em. huippukokemuksiin. Mitkään tällaisista kokemuksista tai lahjoista eivät ole oikeasti todella tärkeitä; vaan ne voivat itse asiassa jopa muodostua ihmisen henkisen kehityksen esteeksi. Nimittäin, tällaisilla ”erityiskyvyillä” usein saa erityisaseman esimerkiksi jossain hengellis-henkisessä yhteisössä - ja se puolestaan saattaa johtaa yksilön ihan väärille poluille. Eli hän saattaa alkaa narsistisesti pönkittämään omaa asemaansa – eli itse asiassa persoonallista *egoaan* - muita korkeampana henkilönä, jolloin ei ensinnäkään olla todella tietoisia mitä itsessä tapahtuu, tai mikä suunta pitäisi tajunnallaan ottaa. Tällöin ei olla enää tietoisuuden evoluution tiellä yksilönä, vaan se johtaa väistämättä regressioon – ainakin väliaikaisesti. (Marion 2000, 69–82.)

Mutta jos ei ole kehittynyt vielä psyykkiselle tietoisuuden tasolle - eikä ole juuri läpikäymässä muuntunutta tajunnan tilaa – niin näitä psyykisen tason ilmiöitä on yhtä mahdotonta havaita, kuin lukutaidottoman on hankala painaa mieleensä vaikkapa vain yhtä kirjoitettua lausetta merkkijonona, joka lausetta symboloi. Ja kun eri kehityslinjat (esim. kehollis-kinesteettinen, kognitiivinen, moraalinen, esteettinen, vuorovaikutuksellinen) kulkevat verrattain itsensäisesti perustasojen kautta, niin niistä solmiutuu rikas, ainutlaatuinen ja moniulotteinen kudelma jokaisessa ihmisyyksilössä. Esimerkiksi jo elämän alusta asti mukana kulkeva sensorimotorisuus voi korkeammilla tietoisuuden tasoilla johtaa uskomattomiin kehollis-kinesteettisiin suorituksiin esim.

urheilun tai esittävän taiteen alalla. (Wilber 2009, 305–309.) (Tähän liittyen liikunnan ja taiteen parissa koetaan poikkeuksellisen paljon *flow*-kokemuksia, joihin liittyy ykseydenkokemus, ks. Csikszentmihalyi 1992.) Hieman samoin erilaiset impulssit ja emotiot - joita koetaan biologisina olentoina vielä transpersoonallisinkin olentoina – voidaan parhaimmillaan jalostaa tietoisuuden avulla; esimerkiksi intohimo voidaan muuntaa myötätunnoksi tai aggressio positiiviseen ja muutosvoimaiseen toimintaan johtavaksi energiaksi. (Marion 2000, 69-86.)

Transpersoonilla on siis silti, totta kai, yhä empiirinen *ego* ja persoona käytössään, ikään kuin, työkaluna, jonka kautta sielu toimii tässä maailmassa. He ovat usein vaatimattomia ja hiljaisia, mutta heidän hiljaisuutensa on voimakasta ja vaikuttavaa. Toisaalta nämä transpersoonat voivat myös olla hyvinkin eläväisiä, erikoisia ja valovoimaisia, mutta heidän dynaamisuutensa koetaan hyvin toisella tavalla, kuin esimerkiksi jonkun viihdemaailman valovoimaisen – ja usein narsistisen - ”tähtien” vaikutus. Pelkällä läsnäolollaan he voivat sulattaa persoonallisia *egoja*, jotka yrittävät koko ajan ajaa omaa agendaansa, yrittäen olla mahdollisimman äänekkäitä ja näkyviä – tai vaihtoehtoisesti persoonalliset *egot* ovat kärsijöitä, alistujia, ”marttyyreita”. Pähkinänkuoressaan, tietoisella läsnäololla ja virtauskokemuksilla luodaan tietä transedenttiselle *egolle* eli varsinaiselle *Itselle*, joka näkee ja kokee maailman sekä minuutensa laadullisesti hyvin eri tavalla. (Wilber 2000a, 289–290.)

Transedenttinen *ego* ei ole sidottu mihinkään yhteen mieli/keho-konstruktioon, ei yhteenkään kulttuuriin, eikä perinteeseen; vaan se nousee aina esiin tuoreena jokaisen persoonan välityksellä, jonka kautta se pääsee toimimaan. Ja se on juurtunut *hyvyyteen*, *totuuteen* ja *kauneuteen*, jonka takia se ei kumarra mitään turhaa tai väärää tässä aistimaailmassa - ajassa ja paikassa. Sen takia, useat uskonnot ovat langenneet sudenkuoppaan, koska niiden perinteet ovat muuttuneet pystyyn kuolleiksi ritualistisiksi perinteiksi. Esimerkiksi kun ”hengellisyydessä” on ”taivaspaikan” lunastamiseksi ehdottoman välttämätöntä vain kumartaa jotain yhtä tiettyä menneeseen aikaan kuuluvaa mieli/keho-konstruktiota - harjoittaa kuolleen henkilön palvontaa – ollaan usein myyttisellä tasolla transpersoonallisen sijaan. (Marion 2000, 69–86.) Uskonnon tulisi tehdä meidät tietoisemmiksi, herättää todellisuuteen (de Mello 2009, 90).

Sielu voi loistaa tähän maailmaan vain Tässä ja Nyt – SE ON aina ja ikuisesti Tässä ja

Nyt. Mutta toki uskonnollis-hengellisiä rituaaleja voi käyttää myös oman henkisen kehityksen ”turbohtajana”, mutta se tietoisuuden laatu ja tajunnantila – ja ennen kaikkea *intentio* - jolla tuo tehdään määrää pitkälti, mitkä ovat tulokset ja/tai vaikutukset – tietoisuuden tasoa nostattavat vai *status quo*’ta vahvistavat. (Wilber 2000a, 290; vrt. *Valtio, VI & X Kirja*.)

Aina kun mieli on tarpeeksi tyhjä, hiljainen ja avoin, niin se voi vastaanottaa sielun viestejä *intuitiona* – jota Sokrates luultavasti tarkoitti puhuessaan *daimonionista* - jolloin voi syntyä jotain *uutta* oivallusten muodossa. Kun tällä tavalla syntyy uutta, niin vanhat keinot, opettajat, tekstit ja temppelit saattavat kaatua, mikä ei sovi instituution aseman saaneille tahoille. Sielu, siis luonteenomaisesti, elää vain ja ainoastaan *tässä ja nyt*, jolloin se mahdollisesti - ja parhaimmillaan - kiteyttää parhaan menneestä ja potentiaalia tulevasta tähän hetkeen. Asioista tulee pyhiä sielun vapaan toiminnan kautta, mutta nämä samat asiat usein kuolevat ajattelevan mielen muottien vankina – kun mielestä tulee herra, rengin sijaan. Näin ollen, *aina* kun ihminen saarnaa tuntevansa ainoan oikean jumalan tai ainoan oikean totuuden, yrittää hän viedä muita puheellaan ajassa taaksepäin (aikaan jolloin ihmiset olivat kollektiivisesti alhaisemmalla tietoisuuden tasolla) - ja ollaan regression tiellä. (Wilber 2000a, 291; Marion 2000.)

Välttääksemme regression kannatta ”ottaa neuvosta vaari” useankin kontemplatiivisen opettajan suusta tähän malliin: ”*Älä usko minua, mutta älä myöskään ole uskomatta minua; vaan ota itse selvää*”. Ja se tapa, jolla tätä itse selville ottamisen prosessia voi nopeuttaa ovat kontemplatiiviset harjoitukset ynnä muut tietoisuustaidot. Tai ainakin omassa inhimillisessä fysio-bios-noosfäärissään eli yksilöllisessä mieli/keho-konstruktiossaan voi tehdä ”maaperää” hedelmällisemmäksi, jotta tietoisuuden ja tajunnan muutosta voi tapahtua – eli siitä ei ole takeita, vaan se tapahtuu ”*jos jumala suo*”, kuten Sokrates jo aikanaan totesi. Mikään metodi ei valitettavasti anna takeita tietoisuuden tason noususta, vaikka tekisi mitä; koska ehkä satunnainen ihmisyksilö ei yksinkertaisesti ole vielä valmis tietynlaisiin muutoksiin esimerkiksi menneiden traumojen takia, jotka vaatisivat ensin oikeanlaista työstämistä.

#### 4.6.2 Hienosyinen tietoisuuden taso

*“It is the time of the gods that have fled and of the god that is coming. It is the time of need, because it lies under a double lack and a double Not: The No-more of the gods that have fled and the Not-yet of the God that is coming.”*

- Martin Heidegger -

Annetaan Tollen (2006) viedä heti meidät suoraan asiaan, vaikkakin ”järjenvastaisesti”, kun ei tätä juuri paremminkaan taida voida ilmaista:

*”Edetessäsi syvemmälle tälle alueelle, jota idässä toisinaan kutsutaan ei-mielen alueeksi, oivallat ja toteutat itsessäsi puhtaan tietoisuuden tilan. Siinä tilassa koet oman henkesi niin voimakkaasti ja sellaisella ilolla, että kaikki ajattelu, kaikki tunteet, fyysinen olemuksesi sekä koko ilmenevä maailma tuntuvat vähäisiltä sen rinnalla. Eikä tämä tila kuitenkaan ole itsekäs vaan itsetön tila. Se vie sinut sen tuolle puolen, jota olet aiemmin pitänyt ”itsenäsi”. Tuo henki on olennaisesti sinä ja samanaikaisesti käsittämättömästi sinua suurempi. Se, mitä tässä yritän sanoa, saattaa kuulostaa järjenvastaiselta, jopa ristiriitaiselta, mutta en osaa ilmaista sitä muulla tavoin.” (Tolle 2006, 32–33.)*

Hienosyisellä sielun tasolla transendenttinen *ego* ja jokin korkeampi voima – Maailmansielu, Jumala, Hyvän idea, Henki, Absoluutti – tulevat yksilölliselle minuudelle tietoisuuden tason yhteyteen. Jim Marionin (2000, 105) mukaan tämä on viimeinen taso, jossa vielä persoonallinen *ego* voi ottaa minäsystemissä vallan – joka siis voi merkitä vakavaakin regressiota. Ja Marion jatkaa, että usein ensimmäinen asia, mikä tällä tasolla tulee mieleen on – sen poikkeuksellisuuden takia - että ”*kirjoitanpa kirjan*” tai ”*lähdenpä saarnaamaan*” - ja ”*kerron kaikille totuuden*”. Mutta, Marion taas jatkaa, yleensä olisi parempi, jos se kirja jäisi kirjoittamatta tai saarna pitämättä. (Marion 2000, 105–114.)

Oletetaan, että saan suoran sisäisen kokemuksen jonkinasteisesta valaistumisesta –

esimerkiksi sokaisevan, ekstaattisen, tajunnanräjäyttävän kokemuksen sisäisestä valosta. Saatan yhtyä tuohon valoon joksikin aikaa, mutta sitten kokemus katoaa... ja minä haluan kertoa siitä jollekin. Kokemus on sen verran merkityksellinen, että MINÄ HALUAN PUHUA SIITÄ!!! Ja tässä kohtaa tarvitaan kipeästi oman sisäisyyden tulkintaa – sillä siitä ei voi ottaa valokuvaa; ja jos minua olisi mitattu EEG-laitteella tuon kokemuksen aikana, se näkyisi kyllä laitteessa poikkeavana kokemuksena, MUTTA vain numeroina ja käyrinä. Mitä sanoja siis käytän? Puhunko Jeesuksesta? Buddhasta? Arkkityypistä? Hyvän ideasta? Enkeleistä? Avruusolioista? Kundaliinienergiasta? Puhunko tilapäisestä mielenhäiriöstä? Aivojen ylikuormittumisesta? Tajunnan menetyksestä? Unesta? Vai puhunko yleisellä tasolla henkisestä kokemuksesta? Muuntuneesta tajunnan tilasta? *Mutta mistä se johtui?* Tämä on ensiarvoisen tärkeä kysymys, että kuinka sisäiset kokemukset - joista länsimaiset psykologian kirjat eivät välttämättä kerro mitään - tulkitaan? Tämä ei ole hiusten halkomista eikä filosofista spekulaatiota – ei fysiikkaa eikä metafysiikkaa. Kuinka tulkitaan omaa sisäisyyttä, vaikuttaa siihen kuinka lähestymme muita ihmisiä – sekä tavallisissa arkipäivän tilanteissa että heidän kokiessaan jotain poikkeuksellista, esimerkiksi muuntuneita tajunnan tiloja? (Wilber 2000b, 92.)

On olemassa hyviä ja huonoja tapoja tulkita transpersoonallisia tiloja ja tasoja. Vaikka tällainen kokemus on transrationaalinen, niin me emme silti sen johdosta muutu yksinomaan ”henkiolennoiksi”, vaan meillä säilyy yhä keho ja mieli, jonka on jatkettava elämää ympäröivässä fysio- ja biosfäärissä. Ja jos emme tulkitse tällaisia kokemuksia riittävällä viisaudella ja herkkyydellä, saatamme ajaa ihmisiä - tai vain itseämme - sen takia mielen tason ongelmiin; koska emme tiedä mitä itse kokemamme asia on ja tarkoittaa - eli tällöin ”ikioma” sisäisyytemme karkaa meiltä. Yksi kaiken tulkinnan perussäännöistä on, että kaikki merkityksellisyys on kontekstisidonnaista. Näin ollen, on hyvä ottaa tulkinnassa huomioon *Kosmoksen* kaikki neljä kulmausta, ja konkreettisesti miettiä kokemuksen merkitystä kaikissa neljässä kulmauksessa (ks. liite 1). (Wilber 2000b, 92–93; ks. esim. Marion 2000.)

Ehkä vulgaarein tapa tulkita transpersoonallisia kokemuksia, on tehdä niiden pohjalta muille ihmisille tukahduttavia, kuristavia, kipsaavia ja vangitsevia lakeja ja sääntöjä. Kirkkoisä Origen – 200-luvulla ajanlaskumme alun jälkeen - tekee myyttien kirjaimellisen tulkinnan naurettavaksi varsin suoriin sanan kääntein. Toisin kuin

uskontonsa edustajista valtaosa, hän ei usko yksilöllisen mieli/keho-konstruktion ylösnousemukseen. Kuitenkin, koska hän on kristitty asemansakin puolesta, niin häntä sitoo jossain määrin kristinuskon pyhinä pidetyt kirjoitukset. Joten hän kehittää, aikanaan ristiriitaisesta asemastaan käsin – transpersoonallinen yksilö myyttisen uskonnon edustajana myyttisessä maailmassa - nerokkaan ratkaisun eli vertauskuvallisen metodin. Hänen mukaansa myytin voi tulkita kolmella eri tasolla: (1) kirjaimellisesti, (2) eettisesti ja (3) vertauskuvallisesti. (Wilber 2000a, 407; vrt. Lakoff & Johnson 1999.)

(1) Kirjaimellisessa versiossa myytti otetaan nimenomaan kirjaimellisesti – josta syntyy usein tuhoisaa fundamentalismia tai vähintäänkin esteitä yksilön kehitykselle. (2) Eettinen versio puolestaan muokkaa myytistä, rationaalisesti sen hetkiseen kulttuuriseen tai sosiaaliseen tilanteeseen sopivan, opetuksen. (3) Vertauskuvallinen eli allegorinen versio taas voi tarvittaessa käyttää myyttiä minkä tahansa transpersoonallisen tai mystisen kokemuksen kuvaamiseen ”runollisesti”, johon se sillä hetkellä sopii. Tämän kolmen tason selityksen loistokkuus piilee siinä, että siinä otetaan esirationaalinen myytti ja muokataan siitä versio sekä rationaaliselle (eettinen) että transrationaalisille (mystinen) tasoille. Näin ollen myytit voidaan tulkita aina uudestaan ja uudestaan entistä viisaamalla tavalla, riipumatta siitä, mitä sillä alkujaan on tarkoitettu. Näin myytti joissain tapauksissa saatetaan viedä täysin alkulähtökohtiensa tuolle puolen; ensin järjen tilaan ja sitten hengen tilaan. Ja näin myytti sekä säilötään että evätään. (Wilber 2000a, 407; vrt. Lakoff & Johnson 1999.)

Niin, termi ”hienosyinen” viittaa sananmukaisesti kokemuksiin, jotka ovat *hienosyisempiä*, *hienovaraisempia*, *hienojakoisempia* kuin yleensä tavallisessa valvetilassa tajunnassa tietoisesti koetut asiat ja tiedostamattomat mieli/keho-tason prosessit – ja se mahdollistaa paljon aikaisempaa hienovaraisempien muutosten havainnoinnin omassa tietoisuuden tilassa hetkestä hetkeen. Tämän tason energioihin tottumiseen menee yleensä jopa vuosia. (Marion 2000, 105–114.) Nämä syvälliset mahdollisuudet ovat potentiaalina jokaisessa ihmisessä, mutta koska sisäiset kokemuksetkin (*Kosmoksen* ylävasen) on aina *Kosmoksen* neljän kulmauksen vuorovaikutuksen tulosta, niin ne saavat jo pelkästään senkin takia helposti eri muotoja eri kulttuureissa (ks. liite 1). (Wilber 2000b, 191–194).

Meditatiivisilla harjoituksilla voimme herätellä kykyä hienovaraisempien asioiden aistimiseen. Yleensä aloitetaan olemalla tavalla tai toisella hyvin tietoisesti läsnä omassa kehossa jollakin systematisoidulla tavalla. Harjoituksen avulla voimme konkreettisesti tuntea, kuinka koko kehon jokainen solu väreilee elinvoimaa. Mistä tässä ”solujen värinässä” on kyse? Charles D. Laughlin (1992) on puhunut aistien ”perusraaka-aineesta” - fenomenologian pioneerin Edmund Husserlin (s. 1859 – k. 1938) kielellä *hyle* - joka koostuu tarkemmassa fenomenologisessa katsannossa eräänlaisista pisteistä. (*Hyle* on alkujaan aristoteelinen termi, jota myös mm. Plotinos käytti (O’Meara 1996, 22–59).) Se voi paljastua kypsälle fenomenologille tai kontemplatiiville, ”joka on harjaantunut tutkimaan kokemustaan sellaisena, kuin se on hänelle annettu havainnossa”. (Klemola 2004, 202.) (Edellä mainittu Husserl on saksalainen filosofi ja matemaatikko, joka mursi aikanaan ”pirullista” positivistista orientaatiota – esittelemällä ns. *fenomenologisen reduktion* menetelmän (ks. Klemola 2004, 43-46).)

Klemolan (2004, 202) mukaan Laughlinin väite on, että tämä pistemäinen rakenne voi paljastua havainnolle kaikkien aistien alueella. Tätä pistemäistä rakennetta on kuvattu myös esimerkiksi joogateksteissä; *pranan* eli kosmisen energian tai elinvoiman perusyksikkönä voi pitää ns. ”*bindua*”, joka voidaan kääntää ”pisaraksi” tai ”pisteeksi” (ks. esim. Desikachar & Desikachar 2009). Tämän pistemäisen rakennuspalikan voi havaita kaikissa havainnon objekteissa karkeasta hienovaraiseen – kiinteästä materiasta jopa hengitykseen eli yhteen hengen hienovaraisimmista ilmentymistä. Länsimaisessa filosofiassa käytettyjen ”atomin” ja ”monadin” käsitteiden taustallakin lienee tällaiset oivallukset, kun kirjoitusten – ja monasti jo lyhyiden sitaattienkin - perusteella olettaa saattaa, että antiikin atomistien teoriat olivat yleensä kontemplatiivisten mystikoiden luomuksia. (Klemola 2004, 202–203.) Tässä tulemme taas lähelle myös modernia fysiikkaa, joka on empiiris-luonnontieteellisesti todentanut, että kaikki koostuu pienen pienistä hiukkasista, jotka ovat yhtä aikaa pisteitä ja aaltoja – ja on olemassa fysikaalisestikin jotain eli ns. ”Higgsin kenttä” ja ”kosmologinen vakio”, jotka läpäisevät kaiken olemassaolevan (ks. esim. Greene 2005).

Timo Klemola (2004) Tampereelta kirjoittaa:

”...nämä pisteet vaikka ne muodostavatkin havaintomme perusrakenteen, eivät itse ole pysyviä. Ne ovat luonteeltaan muuttuvia, pysymättömiä ja ilman mitään stabiilia sisäistä

*rakennetta. Kokemuksemme niistä on, että ne ovat väriseviä, säkenöiviä ja eläviä entiteettejä. Laughlin kuvaa näitä pisteitä kaikkein hienoimmiksi ja pienimmiksi yksiköiksi, mihin ihminen voi purkaa aistihavaintonsa minkä tahansa aistimodaliteetin alueella. Edellen hän kirjoittaa: 'Voidaan sanoa, että ilman pisteitä ei voi olla olemassa mitään tietoisuuden kokemuksellista muotoa tai toisaalta, on olemassa tietoisuuden tiloja, joissa ainoa tietoisuus ilmiöistä on tietoisuutta pistekentästä kenttänä.'* Tällä huomautuksellaan Laughlin viittaa monien kontemplatiivisten perinteiden kuvaamaan kokemukseen kaiken ykseydestä.” (Klemola 2004, 204.)

Mutta myös tällä tietoisuuden tasolla voi syntyä tälle tasolle ominaisia psyykkisiä häiriöitä, joita voisi jo kutsua hyvin hienovaraiseksi patologiaksi – ja siihen voi auttaa ns. jumaluusmystiikka (Wilber 2009, 249). Marionin (2000, 113) mukaan tällä tasolla on mahdollisuus päästä eroon vielä mahdollisesti jäljellä olevista varjoistaan, traumaistaan ja ”pimeistä puolistaan” juurineen - eli pysyvästi. Näin ollen, häiriöt voivat olla minuutta järkyttävämpiä kuin koskaan aikaisemmin. Tässä vaiheessa voi nähdä unia ja näkyjä, jotka mahdollisesti järkyttävät jopa mielenterveyttä. Kristillisessä perinteessä onkin käytetty käsitettä ”*The Dark Night of the Soul*” tästä vaiheesta. Tämä ei ole kuitenkaan pelkästään patologinen tila, vaan sillä on merkittävä rooli henkisen kasvun ylimmille portailla nousussa – eli koska persoonallinen *ego* tipahtaa tässä vaiheessa kokonaan pois, on se samalla yhden energeettisen entiteetin – johon minuus on samaistunut - kuolinkamppailu. (Marion 2000, 117-179; Assagioli 2006b.) Assagioli (2000b) tulkitseekin Platonin viittaavan luolavertauksessaan mm. tähän kuvatessaan kivuliasta matkaa ulos luolasta; ks. *Valtio, Kirja VII*.

Mutta positiivisena puolena on, että oma sisäinen viisauden ääni eli transedenttinen *ego* on jo huomattavasti vahvemmassa roolissa kuin tähän asti; eli tuo ääni - josta Sokrates käytti sanaa *daimonion* – on niin vahvasti minuuden keskiössä, että sitä on enää hankala sysätä syrjään. Ennen jumaluusmystiikka otettiin lähes poikkeuksetta omasta kulttuurista, koska muuta mahdollisuutta ei ollut. (Vaikkakin jo antiikin aikaan oli henkisiä tutkimusmatkailijoita, kuten esimerkiksi Pythagoras, joka kävi Intiassa; tai oli kulttuurisia risteyspaikkoja, kuten Alexandria, jossa antiikin merkittävin uusplatonisti Plotinos varttui.) Mutta tänä päivän kaikki maailman hengelliset traditiot, ja niiden sisältämät jumaluusmystiikat, ovat ainakin tietoyhteiskunnissa kaikkien tavoitettavissa - mikä on mahdollistannut myös esimerkiksi Wilberin integraalisen teorian synnyn.



(Wilber 2000b, 191-194; Marion 2000, 105–114; ks. myös esim. *Apologia*.)

Joten voi olla sinänsä erittäinkin hyödyllistä opiskella maailman suuria mytologioita, sillä ne antavat viitekehyksen, kuinka esimerkiksi tulkita hedelmällisesti mahdollisia arkkityypisiä mielikuvia tai näkyjä. Tämän viitekehyksen avulla voi tietoisuutensa avulla, ensin eriytyä tietoisena minuutena esoteeristen kokemusten vallassa tai jälkitilassa ollessaan, ja sitten integroida se rakentavaksi osaksi omaa empiiristä *egoaan*. Mutta esimerkiksi arkkityyppien näkeminen ei välttämättä ole merkki heinosyiselle tietoisuuden tasolle noususta, vaan usein on kyse muuntunesta tajunnan tilasta jollakin alemmalla tietoisuuden tasolla; ja mitä alempana tietoisuuden ”portaissa” ollaan, sitä suurempi on virhetulkinnan riski. Ja sen lisäksi iso osa arkkityypeistä on esirationaalisten rakenteiden synnyttämää materiaalia; esimerkiksi maskuliininen, feminiininen, isähahmo, äitihahmo, kaunis nuori prinssi/prinsessa, vanha viisas mies/nainen, enkeli, paholainen jne. (Wilber 2009, 317–318.)

Aidoista transpersoonallisista ”arkkityypeistä” (alkujaan sana tarkoitti ”alkuperäistä kaavaa” tai ”ensimmäistä muotia”) voi hyvällä syyllä käyttää myös Platonin lanseeraamaa sanaa *idea* eli ne ovat hienovaraisia siemenmuotoja, joista kaikki ilmentyneen maailman ilmentynyt – eli tällä hetkellä fysio-, bios- ja noosfääri – riippuu (Wilber 2009, 317–318). Näitä *muotoja* ovat esimerkiksi Valo (lue: Hyvän idea), jonka kalpeaa varjoa kaikki vähäisempi valo on; Kauneus, josta yrittää ottaa mallia, kaikki vähäisempi kauneus; Totuus, jonka rinnalla kaikki muu on enemmän tai vähemmän harhaista; Autuus, jonka haalistuneita kopioita kaikki vähäisemmät nautinnot ovat; Tietoisuus, jonka heijastusta kaikki vähäisemmät kognitiot ovat; Ääni, jonka kaikua kaikki musiikki on – ja universaali ehdoton Rakkaus, josta väreilee lämpöä kaikkiin positiivisiin tunteisiin. Toisin sanoen, ideaalinen arkkityyppi on aina uusissa tilanteissa uutta luova kaava; kun taas myyttinen arkkityyppi on vanhoihin kaavoihin kangistava (Marion 2000, 105–106).

Joka tapauksessa, sisäiset kokemukset voivat olla siis erilaisia, koska ne ovat aina vuorovaikutuksessa ulkoisten asioiden kanssa, eivätkä ulkoiset asiat ole vain psyykkeessä – vaikka psyyke muovaa, sitä kuinka havainnoimme ja tulkitsemme - vaan niillä on myös oma objektiivinen olemassalonsa. Esimerkiksi yksi saattaa nähdä auringonlaskun romanttisena, ja toinen taas ei; mutta silti se on se yksi ja sama aurinko

joka taivaanrantaa maala. Samalla tavalla sisäisetkin kokemukset ovat ontologisesti todellisia tapahtumia, vaikka ne subjektiivisuudessaan eivät olekaan todennettavissa luonnontieteellis-empiirisesti, ainakaan samalla tavalla kuten esimerkiksi auringonlasku. Aidot hienosyiset kokemukset ovat siis oikeasti olemassa, mutta ne eivät ole olemassa rationaalisessa, myyttisessä tai sensorimotoris-fyysisessä maailmassa – jolloin niille ei voi myöskään löytää todisteita näistä maailmoista. (Wilber 2000b, 191–193.) Käyttääksemme platonisia termejä, tällä tasolla siis *nähdään ideoita*, jotka ovat jo hyvin lähellä absoluuttista Hyvän ideaa (*Valtio, V Kirja*).

Me löydämme kirjojen kautta transpersoonallisen tason ihmisiä, mystikoita, tietoisuuden mestareita puhumassa tällaisista löydöksistä, joita he ovat tehneet; kun ovat porautuneet tarpeeksi syvälle itseensä. Kyse ei ole teoreettisesta spekulatiosta, ei metafyyysisistä postulaateista; eikä toisalta myöskään mistään valmiista ”kosmisista mielikuvajaisista”, jotka vain passiivisesti odottavat löytäjänsä. Sen sijaan, on kyse kontemplatiivisista ilmiöistä, joilla ei ole mitään kiveen hakattua muotoa tai mittaa. (Wilber 2000b, 197–198.)

Mutta NIILLÄ ON tietynlainen laatu, joka voi ottaa erilaisia muotoja – ihan niin kuin *ideat* voivat tuottaa eri näköistä toimintaa – eli syvärakenteet ovat samanlaatuisia, mutta pintarakenteet vaihtelevat suurestikin. On siis kyse kontemplatiivisista fenomenologis-kokeellisista paljastuksista (vrt. totuus = ei-peitetty), jotka nousevat *sellaisenaan* suoraan todellisuuden hienosyisestä ulottuvuudesta; jotka ovat osa *Kosmoksen* ylävasemman ontologista todellisuutta – vaikka ne joutuvatkin tulkinnan varaisiksi, kun niistä puhutaan käsitteellisellä kielellä. Kieli – käsitteiden ja sanojen muodossa – ei nimittäin voi koskaan tehdä oikeutta näille kokemuksille, mutta kielen avulla voidaan viitata niiden suuntaan. (Marion 2000, 105-114.)

Kaiken kaikkiaan, jos haluaa todella tietää mistä nämä mystikot puhuvat, niin on otettava syvällisen tutkinnan kohteeksi oma sisäisyys jonkin kontemplatiivisen tradition avulla – ja on suoritettava tällainen pitkäkestoinen koe itse. Koe on siis yleensä todella, todella pitkä – mutta kuulemani mukaan palkitseva. Tällaiset kokeelliset paljastukset voi *todella* jakaa vain toisen kokeen suorittaneen kanssa. Tällä jo hyvin korkealla ja harvinaisella tasolla, vaikka kyse olisi eri tradition tai jopa täysin eri kulttuurin edustajista, niin he tunnistavat kyllä ne samat laadut toisen vastaavan tulkinnassa

kokemuksestaan – eli ”koira tuntee koiran”. Sen sijaan, jollekin joka ei ole sitä itse kokenut, se jää uskon tai epäuskon asiaksi – joko inspiroivaksi asiaksi, joka herättää halun tutkia asiaa; tai sitten vaihtoehtoisesti joksikin, joka kuitataan epätieteellisenä tai silkkana ”huuhaana”, tai jopa mielenhäiriönä. (Wilber 2000b, 197–198; Marion 2000.)

Yksi esimerkki ”henkisten kokemusten” rationaalisesta tulkinnasta on Lakoff & Johnson (1999, 563).

Hermeettinen oppi siitä, että toiset ovat kykenevämpiä ymmärtämään perimmäisiä kysymyksiä kuin toiset loukkaa nykymaailman, osin naiivia, tasavertaisuuden ajatusta. Se on naiivia sikäli, että sitä sovelletaan sokeasti liian laajalle alueelle – tai yksinkertaisesti vain sekoitamme käsitteet ”tasa-arvoisuus” ja ”tasavertaisuus”. Tämän takia monet eettiset ja metafyyysiset kysymykset onkin filosofiassa välillä otettu vai ”älyllisenä leikkinä” tai laitettu vain ”hautumaan” - ja odottamaan parempia aikoja. Kuitenkin tiedetään varmuudella, että kaksi matemaatikkoa voi puhua asioista, jota matemaatikon koulutusta vailla olevat eivät ymmärrä, mutta jotka käytännöllisesti katsoen kaikki hyväksyvät tosiasioiksi – vaikka ei niistä mitään ymmärräkään. Ihan samalla tavoin ihmisestä voi tulla myös etiikan ja hyveiden asiantuntija – enkä puhu nyt etiikan teorioiden ja filosofian historian ulkoluvusta. (Varto 1993, 16–17.)

Matematiikka onkin jo antiikin aikaan asetettu omalle erityisjalustalleen tiedon piirissä (ks. esim. Findlay 1974; *Theaitetos*). Mutta loppujen lopuksi sama mekanismi ymmärryksen tasoja noustessa, missä tahansa asioissa, toimii ja vaikuttaa ihan samalla tavalla – eli asiaan vihkiytyneet tietävät mistä puhutaan, muut taas eivät. Modernin ajan ”valistus” sekä usko rationaalisuuteen, ja postmoderni sosio-konstruktivismi ynnä relativismi ovat ajaneet ”meidän maailmamme” tällä hetkellä pisteeseen, jossa – kun ollaan poliittisesti korrekteja - kaikki ovat tasavertaisia puhumaan etiikasta (ks. esim. Wilber 2009, 144-171). Etiikan historiaa ja teorioita voi toki lähes kuka tahansa opiskella yliopistoissa filosofian laitoksilla, mutta sisältä spontaanisti kumpuava eettinen käytös syntyy toisella tavalla – ja sen synnyttäminen on mahdollista, kun on vain oikeat sokraattis-platoniset ”*kätilön otteet*” - eli kasvaaksemme henkisesti tarvitaan filosofian taitoa ja taidon filosofiaa pelkän ulkoluvun sijaan. (ks. esim. Klemola 236-271).

Olemme siis tulleet siihen tulokseen, että sisäiset asiat vaativat aina tulkintaa, eikä tulkinta ole mahdollista ilman taustakontekstia – sen takia esimerkiksi eläin tai lapsi eivät tulkitse virtauskokemuksiaan. Ja kuinka tulkitsemme vaikuttaa siihen, minkälaista uutta sisäistä syvyyttä luomme. Syvemmälle tajuntaan tunkeutuminen mahdollistaa uusia tulkintoja. Monet yksilöt ihmiskunnan historiassa ovat oivaltaneet *Kosmoksen* ilmentymättömän taustahengen, kutsuen sitä moninaisilla nimillä – Maailmansielu, Korkeampi Itse, Sisäinen Ääni, Suuri Henki, Todistaja, Universaali Mieli, Puhdas Tietoisuus, Transendentiaalinen Tajunta, Hyvän Idea, Absoluutti, Korkeampi Voima, Isä/Äiti, Jumala, Suuri Tyhjiys jne; sekä monilla, osin vaikeasti käännettävillä, vierasperäisillä nimillä, kuten *Brahman*, *Atman*, *Purusha*, *Allah*, *Buddha*, *Tao* jne. – eli osassa näistä mikrosomos yhtyy makrokosmokseen, osassa taas ne ovat alkujaankin yhtä; Yhtä kaikki, ne ovat Yhtä ennen pitkää. (Wilber 2000a, 522.)

Mutta, mutta... usein jätetään huomiotta sosiaaliset ja kulttuuriset ilmentymät eli *Kosmoksen* alakulmaukset. Ajatuksena tuntuu olevan, että kun saavutetaan Korkeampi Itse, niin kaikki järjestyy. Hengen tulkinta pelkäsi Korkeammaksi Itseksi (ylävasenta) ei ole loppujen lopuksi kovinkaan ylevää; mutta koska meillä on nämä *Kosmoksen* neljä kulmausta (ks. liite 1), niin Korkeamman Itsen saavuttaminen ei ole ongelmien loppu, vaan ongelmien ratkaisun uusi alku, uudella tasolla. On täten, palattava takaisin sinne luolaan, kuten Platonkin painotti, kun Aurinko on nähty – vaikka se voi olla vaarallistakin. (Wilber 2000a, 522; *Valtio*, VII Kirja.)

Jos otamme joukon persoonallisia *egoja*, jotka selittävät universumia atomistisin käsittein, ja opetamme heille holistista näkemystä; saamme, joukon persoonallisia *egoja*, joilla on holistisia käsitteitä universumista. Se ei vielä tuo mukanaan korkeamman tason sisäisiä muutoksia omakohtaisten oivallusten muodossa. Me voimme puhua holistisin käsittein, vaikka kuinka paljon ilman, että merkittäviä muutoksia tapahtuu. Se todella syvälinen ja merkittävä kysymys ei olekaan: Onko maailma holistinen vai atomistinen? Sen sijaan, olennaista on kysyä – ja tulla tietoiseksi: *Mikä se on, joka on tietoinen sekä holistisista että atomistisista käsitteistä ja näkemyksistä???* (Wilber 2000a, 523–524.)

#### 4.6.3 Kausaalinen tietoisuuden taso

*”...the journey from the alone to The Alone.”*

- Plotinos -

Kausaalisella tasolla hienosyisen tason yksilösielun ja Maailmansielun yhteys muuttuu yksilön tiedostamaan Ykseyteen, jolloin ihminen samaistuu puhtaaseen muodottomaan tajuntaan, puhtaaseen tietoisuuteen sellaisenaan – jolloin hän on puhtaasti Tietoinen puhdas *Itse* puhtaana Henkenä. Puhdas muodoton Henki - Oleminen sinänsä, Hyvän idea – on kaiken alkusyy (eli *cause*, josta sana ”kausaallinen”). (Wilber 2000a, 310; Marion 2000, 183–184.)

Kaiken kaikkiaan, tämä puhdas Henki, joka on itsessään ilmentymätön ja muodoton, ilmenee erilaisina muotoina – korkella ja matalalla tasolla, pyhänä ja maallisena, rajallisena ja rajattomana, ajallisena ja ikuisena. Käytännössä tämän tason ihminen näkee kaikki muut ihmiset pohjimmiltaan samanlaisina, ja kohtelee heitä sen mukaisesti – tästä syntyy puhdas lähimmäisenrakkaus eli myötätunto kaikkea elävää kohtaan, eli *agape* antiikin kreikkalaisittain. Näin ollen, ihminen on myös vapautunut kaikenlaisista neuroottisista projektioista ja emotionaalisista riippuvuuksista – eli empiiris-persoonallinen *ego* ei voi enää saada valtaa tällaisesta ihmisyyksilöstä; se on sen sijaan on ”pelkkä” työkalu, kirjaimellisesti sielun temppeli - lopultakin sanan varsinaisessa merkityksessä. Nyt, hän on kykenevä olemaan alati läsnä *tässä ja nyt* – eli elämään *parasta aikaa* kaiken aikaa - puhtaan intuition ohjatessa toimintaa *logos*-järjen mukaisesti. (Marion 2000, 183-184; ks. *Valtio, Kirja VI*.)

Marionin (2000, 187) mukaan emotionaalisella ”puolella” ihmisestä kausaalisella tasolla spontaanisti ja emergenssinä työntyy esiin sisäistä lämpöä, rakkautta ja myötätuntoa kaikkia ja kaikkea kohtaan. Myös ympäröivät ihmiset huomaavat sen, eivätkä yleensä voi olla vaikuttumatta sen takia. Se saattaa yllättää aluksi ko. ihmisen

itsensäkin, kun se automaattisesti ilman minkäänlaista yrittämistä tulee esiin puheessa, käytöksessä, huumorissa, eleissä. Koska tässä vaiheessa ”astuu voimaan” kyky olla alati läsnä *tässä ja nyt*, myös ihmiset kohdataan aina tuoreesti, ilman emotionaalis-sosiaalista painolastia. Toisin sanoin ilmaistuna, täydellisessä läsnäolon tilassa ärsykkeen ja reaktion välissä on aina eräänlainen ”taukotila” - sisäinen avaruus - joka mahdollistaa tietoisien toiminnan ehdollistuneen toiminnan sijaan. Ja tämä edellä mainittu lämpö on nimenomaan sitä, mitä lännessä usein sanotaan lähimmäisenrakkaudeksi ja idässä yleismaailmalliseksi myötätunnoksi. (Marion 2000, 187–192; ks. esim. Maehle 2006.)

Tämä myötätunto on kaiken etiikan pohja. Etiikka on syntynyt, koska on ollut olemassa ihmisiä, jotka tuntevat myötätuntoa kaikkea elävää kohtaan. Ja, kun etiikkaa teoreettisestikin pohtii, niin ainakin minä päädyn, siihen, että myötätunto on sen ydin. Sen takia ranskalaisen filosofin Emmanuel Levinas’n määritelmä etiikasta ”ensimmäisenä filosofiana” on erittäin hyvin viisauden rakastamisen ytimeen osuvaa. (ks. myös Klemola 2004, 240–242.) Mutta de Mello (2009) tähdentää, että myötätunto ei välttämättä tarkoita pehmeyttä, sillä myötätunto voi olla myös hyvin ankaraa. Sen takia henkiset opettajat voivat olla joskus – tai useinkin – ankaran oloisia, koska ihmisiä on muuten mahdoton herätellä. Aristoteles onkin sanonut: *”Kuka tahansa osaa suuttua. Se on helppoa. Mutta osata olla oikealla tavalla sopivasti vihainen oikeasta asiasta oikealle henkilölle, siinä on taito.”*

Mestari Eckhart (1260–n. 1327), tunnettu ja tunnustettu katolinen kirkkoisä ja mystikko ”keskiajalta”, viittasi tähän täysin vapaaseen, transsendentaaliseen tilaan - joka on siis yhteyttä Ilmentymättömään Henkeen - sellaisilla sanoilla kuin Syvyys (*Abyss*), syntymätön, muodoton, varhaisin alkuperä, tyhjiys. Tämä ”tyhjiys” ei ole hypoteesi tai teoriaa. Vielä vähemmän se on runoutta. Eikä se ole myöskään analyttis-filosofista spekulatiota. Se on suora oivallus, jota symboloi sana ”tyhjiys” paremmin kuin mikään muu. (Wilber 2000a, 311–313.)

Sana ”kokemus” ei kuvaa tätä fenomenologista ilmiötä yhtä hyvin, kuin oivallus; koska se on vapaa kokija-subjektin ja koetun objektin dualismista – eikä se myöskään ole ajassa ja paikassa – joten sitä ei koskaan varsinaisesti ”koeta tapahtumana” näiden sanojen tavanomaisessa merkityksessä (Wilber 2000a, 311–313). Tässä hiljaisessa, muodottomassa, mutta tietoisessa, tajunnan tilassa yksilö ei näe absoluuttia

Maailmansielua, vaan Hän ON Absoluutti Maailmansielu (vrt. *Jahve* = Minä Olen). Se tunnetaan sisältä käsin, sen sijaan, että se nähtäisiin jossakin itsen ulkopuolella olevana objektina – tällöin *näkijä* ja *nähty* (esim. Hyvän idea) ovat *yhtä*. Tai oikeastaan sitä ei *tunneta*, vaan se *tiedostetaan*. (Marion 2000, 183–195; ks. myös esim. Tolle 2006.)

Ihminen ei ole enää vahvasti samaistunut ”häneen, jolla on nimi” (empiirinen *ego*), vaan on enemmänkin ”SE, jota ei voi nimetä” (transedenttinen *ego*). Empiirinen *ego* on enää vain työkalu ja ”liikenneväline” - ja toisaalta myös ”temppeli”, jota tulee kunnioittaa ja kohdella parhaalla mahdollisella huolella. Tämä puhdas todistaja-tarkkailija-tietoisuus ei voi tulla nähdyksi, siitä yksinkertaisesta syystä, että se on itse *Näkijä* - tai vain *Itse*. Se ei voi nähdä itseään, kuten fyysinen silmäkään ei voi nähdä itseään (muuta kuin peilin kautta). Mutta se voi nähdä itsensä kaltaisen muissa. (ks. esim. Tolle 2006.)

Yleisesti ottaen, kaikki mitä nähdään on vain lisää objekteja, rajallisia muotoja, varjoja, olentoja, kuvajaisia, käsitteitä, visioita, illuusioita – mutta syvin *Itse* on laadullisesti jotain muuta. Se ei siis voi nähdä itseään, mutta *se voi levätä itsessään*. Se on nimenomaisesti lepäämistä, koska se on psyykkisesti vapaa persoonallisen *egon* psykologisista kahleista (Wilber 2000a, 311–313. Eräällä tavalla nimenomaan empiirinen *ego* on kuin ne kahleet Platonin luolavertauksessa, jotka vangitsivat näkemään pelkkiä varjoja. Silloin ”kaikki keisarit nähdään alastomina apinoina”, ja voidaan yksin yksilönä vapaasta tahdosta ja oma-aloitteisesti astua valoon... (vrt. *Valtio*, VI kirja.)

Kaikki tämä selitys(yritys) on kuitenkin vain verbaalinen osoitin kohti jotain, jonka voi oivaltaa vain sisäisesti eli fenomenologisesti. Näin sanovat syvimmän *Itsensä* tuntemaan oppineet kautta linjan, kautta historian. Mitkään sitä kuvaavat sanat eivät voi olla absoluuttinen totuus. Absoluuttista totuutta ei voi sanoin ”täysosuman” kaltaisesti kuvata, vaikka se onkin jotain todellista ja olemassa olevaa. (vrt. VII Kirje.) ”*Kuvausyritys on kuitenkin tärkeää, sillä sanat ovat tärkeä suunnannäyttäjä heille, jotka valmistautuvat kulkemaan samaa tietä. Ilman tienviittoja tällaisen matkan kulkeminen voi olla ylivoimaista.* (Klemola 2004, 287.)”

Evoluutio – kokonaisuudessaan ja kaikkeudessaan - on Absoluutin Maailmansielun jakautumista Luontoon ja Jumalaan, eli biologiseen ja Henkeen, fysikaaliseen ja

Tyhjyyten ilmentyneeseen ja Ilmentymättömään, materiaan ja *ideoihin*, muotoihin ja muodottomaan, ääniin ja Hiljaisuuteen, liikkeeseen ja Liikuttajaan, duaaliin ja Ei-duaaliin, moneuteen ja Ykseyteen. Näitä ihan kaikista korkeimpia tietoisuuden tasoja saavuttaneet viisaat kaikkialla sanovat, että tämä syvin ja todellisin *Itse* ei ole keho, ei mieli, ei ajatus, ei tunne, ei tuntemus, ei havainto, ei persoona. Se on radikaalisti vapaa kaikista mahdollisista objekteista ja subjekteista – kaikesta dualismista. Sitä ei voi nähdä, ei ajatella, ei tuntea. Se on Oleminen itsessään – *Olemista Itsessään*. Silloin ei ole sinua, ei minua, ei häntä, ei heitä, ei meitä, ei teitä, ei menneisyyttä, ei tulevaisuutta, ei aikaa, ei paikkaa (eli englanniksi *nothing* i.e. *no-thing*) - toisin sanoen ei mitään paitsi *tyhjiys* - *ei tätä, ei tuota*. (Wilber 2000a, 314–316; Marion 2000, 192–193; ks. esim. Tolle 2006; ks. myös ”Upanishadit” (alunp. n. 1500–700 eaa.), Rajagopalachari 1952.)

Yksi tämän oivaltamisen käytännön vaikutuksia on *hiljaisuuden* entistä suurempi arvostaminen. Joidenkin mukaan on harhaan johtavaa jopa sanoa, että se olisi Yksi, koska sekin on vain eräs laatukäsitemuoto muiden joukossa (Wilber 2000a, 314–316). Me olemme kaikki jossain määrin tietoisia kyvystämme todistaa *lähelläolevaa hetkeä* (Tolle 2006). Mutta tämän todistaja/näkijä -luonne on niin vaikeasti tavoitettavissa vähänkään pitemmäksi aikaa, että samaistumme ennemmin mieleen - ja persoonallisen *egon* minätuntemukseen - joka käsitteellistää ja konkretisoi kaikki nuo nähdyt asiat. (ks. esim. Klemola 2004.)

Tällaisen kausaalisen tietoisuuden tason – tai väliaikaisesti tajunnan tilan – saavuttamiselle voi luoda otollista pohjaa erilaisin meditatiivisin harjoituksin ja tietoisuustaidoin – mutta varsinaisesti tällaista olotilaa ei voi tavoitella (Maehle 2006, 158-159). Kun seuraa todistaja/tarkkailijaa tarpeeksi syvälle *Kosmoksen* ylävasemmassa eli omassa sisäisyydessään, niin kohtaa ennen pitkää *Itsensä* pelkkänä Todistajana – ja objektit psyykeessä lakkaavat ottamasta muotoja, joihin takerrutaan (Wilber 2000b, 199–202). Muodot ilmentyvät aina ajassa ja paikassa, joka on suhteellista; ja nykymuodossaan meidän fysiofäärissä ne ovat saaneet alkusysäyksensä tapahtumassa, jota kutsutaan alkuräjähdykseksi; Tyhjiys ja *Itse* taas ovat *aina* absoluuttisesti tuoreena *tässä* ja *nyt* vailla ajan kahleita. (ks. esim. Greene 2004.)

Saattaa olla hämmentävää ja yllättävää, että vielä tälläkin tasolla, saattaa ilmetä psyykkeen häiriöitä. Tämän tason häiriönä voi ilmetä, ettei enää välitä tästä maailmasta



eli ei nähdä - tai ei tahdota katsoa – muuta kuin *Kosmoksen* ylävasenta. Yksilö on siis *nähty* Auringon - Hyvän idean - mutta hän ei halua laskeutua takaisin luolaan auttamaan lähimmäisiään, koska pelkkä Auringon katseleminen ja *Itsessä* lepääminen on niin suotuista tilaa – ihan niin kuin tavallinen rationaalinen ihminen helposti rantalomalla unohtaa oman arkensa ja velvollisuutensa. Tämän tason häiriöissä voi auttaa ns. ”muotoa vailla oleva mystiikka” – joka tarkoittaa hyvin edistyneitä meditatiivisia harjoituksia. Tai monissa perinteissä ideaalina oleva tietoinen antautuminen muiden palveluun Äiti Teresan, Äiti Amman tai buddhalaisten *bodhisattvojen* tavoin. Vaikka tämän tason ihmisen silmissä kaikki voi näyttää täydelliseltä (*Kosmoksen* ylävasemmassa tällaisen yksilön kohdalla), niin monet henkiset mestarit, korostavat, että tässä epätäydellisessä maailmassa (*Kosmoksen* muut osat) ei ole tilaa ”kaikki on ruusuista” -harhalle (ks. liite 1). (Wilber 2009, 249; Marion 2000, 194–195; Assagioli 2006b.)

Palataksemme vielä sekä ulkoisen että sisäisen maailmamme muotoihin: Nämä muodot, siis, voivat olla kaikkea muuta ”taivaan ja maan väliltä”, paitsi Todistaja/*Itse* - kaikkea paitsi Tyhjiys. Toisin sanoin ilmaistuna, Todistaja *Itse* ei ole mikään fysiosfäärin, biosfäärin, noosfäärin - eikä edes teosfäärin - objekti. Kun levätään puhtaan todistamisen tilassa, niin aistitaan laaja Tyhjiys ja Vapaus; joka on itse asiassa se *pohja*, jossa kaikki pikkuobjektit ja -subjektit esiintyvät – kuten valkoinen paperi on se pohja, jolle esimerkiksi tämän työn ”kuvio 1” on piirretty (ks. liite 1). (Wilber 2000b, 199–202.) Tällöin empirisen *egon* kognitiiviset rakenteet ovat purkautuneet. Tämä Vapaudentila voidaan tiedostaa esimerkiksi tuntemalla kehon sisäinen avaruus lämpönä; tai näkemällä ”sielunsa silmin” oma sisäisyys tähtimäisenä valomerenä (mikrokosmos makrokosmoksessa); tai kuulemalla ”päässään” harmonisen soinnun. (Klemola 2004, 50.) Assagiolin (2006a, 16) mukaan yksilö saattaa jopa huomata, että mitään entisestä persoonasta ei ole enää jäljellä.

”Laughlin toteaa... että on olemassa kontemplatiivisia kokemuksia, joissa koko aistihavaintojen kenttä (sensorium) voidaan kokea yhtenä kenttänä, rajallisena tai rajattomana, äärellisenä tai äärettömänä, joissa eri aistimodalityettien pistekentät sekoittuvat tai yhtyvät ikään kuin yhdeksi monadiksi. Tässä kokemuksessa teitoisuutta ei voi erottaa tästä aistihavaintojen monadista, eikä tätä monadia tietoisuudesta. Tietoisuus voidaan kokea yhtenä. Eritytymättömänä ilmiönä, jopa äärettömänä avaruutena, elävänä, energieettisenä olemisen virtana. Ichikawan

termein: tässä tilassa keho on henkeä, henki kehoa.” (Klemola 2004, 205.)

Ja ihmisolemus on tietoisuutta, tietoisuus on ihmisen perusolemus. Perusdualismi on voitettu!

Kun Tyhjiys ja Vapaus on aistittu omana perimmäisenä ”olomuotonaan”, niin minkäänlaisiin pikkusubjekteihin ja -objekteihin – jotka eivät edusta varsinaista *Itseä* - ei tarvitse enää samaistua. Ja, tällöin maailma näyttää pysyvästi erilaiselta - tämä on mystikoiden **todistus** - ja lupaus. Tämä on hienovarainen, mutta tunnistettava tietoisuuden taso tai tajunna tila, jota myös valaistumiseksi tai vapautumiseksi kutsutaan (eri perinteissä mm. *Enlightenment*, *Nirvana*, *Moksa*, *Buddhahood*, Kristustietoisuus, Taivaan Valtakunta jne.). Siinä on osittain samanlaisia piirteitä kuin syvässä unettomassa unessa; mutta tässä ollaankin valvetilassa ja tietoisempia kuin koskaan aiemmin - toisin kuin nukkuessa. (Wilber 2000b, 199–202; Marion 2000, 183–195.)

”Valaistumiskokemukseksi” ollaan historian saatossa harhaanjohtavasti kutsuttu monenlaisiakin kokemuksia, elämyksiä ja oivalluksia jo alemmillakin tietoisuuden tasoilla; *mutta* klassisesti valaistumiseksi tai vapautumiseksi voi monen ajattelijan ja mystikon mielestä kutsua - vain ja ainoastaan - vasta tällä tasolla vastaan tulevaa olemisen laatua; ja vieläpä vasta kun se on se pääasiallinen tajunnan tukipiste, jonka kautta yksilö pääasiallisesti elää ja hengittää. (Wilber 2000b, 199–202.)

#### 4.6.4 Ei-dualistinen

*“If I am what I am because you are what you are, and you are what you are because I am what I am, then I am not I and you are not you.”*

- Hillel -

*Niin, mitä jos seuraat tätä Tarkkailijaa, samaistumalla siihen, sen alkulähteelle saakka? Mitä oivallat??? Kaiken Ykseyden. Yksilöllinen Itse-tietoisuus yhtyy Kosmoksen kaiken läpäisevään Tietoisuuteen, mikrokosmos makrokosmukseen, ihmissielu Maailmansieluun; joka loistaa kuin Aurinko, kirkkaampana kuin koko ilmentynyt maailma. Ja tämä kaikenkattava Ykseys vetää esiin piiloistaan erillisen empiirisen *egon* solmut, avaa ne ja sen jälkeen ne lepäävät sen täydellisessä loistossa – ei enää piilotettuna luolassa. Samalla kaikki naamiot tipahtavat matkasta eli persoonallinen *ego* muuttuu jopa täysin tarpeettomaksi. (ks. esim. Wilber 2000b; Marion 2000; Tolle 2006; *Valtio, V-VII Kirja*.)*

Kausaalinen vaikuttaa jo joltain äärimmäiseltä saavutukselta ihmiselle, mutta se ei silti ole – uskomatonta, mutta totta – ihmisen henkisen kehityksen ”viimeinen sana”. Olemisen perusdualismi on voitettu, mutta yksilösielu saatetaan vielä kokea itsenäisenä yksikkönä – eikä vielä ei-duaalina pisarana tietoisuuden meressä tai avaruudessa...

Kun yksilölle tapahtuu kausaalinen syventyminen Ilmentymättömään Henkeen, niin ennen pitkää ilmentynyt maailma alkaa taas kiinnostamaan uudella tavalla; se nousee taas mielenkiintoa herättävänä silmien eteen - MUTTA ihan uudessa valossa. Tällä kertaa tämä aistimaailma näyttäytyy Hengen – epätäydellisyydessäänkin - täydellisenä ruumiillistumana eli Ilmentymättömän ilmentymänä. Ilmentymätön ja ilmentynyt nähdään pohjimmiltaan *yhtenä ja samana* eli ei-duaalisesti. Koko *Kosmos* lepää yhdellä ja samalla Tyhjiyyden luomalla perustalla – kuten kaaviokuva *Kosmoksesta* valkoisella paperilla. Tällöin koko *Kosmos*, ikään kuin, sisältyy yksilön sydämeen. Ja yksilö ei voi

muuta kuin kokea myötätuntoa kaikkea elävää ja olevaa kohtaan. Ja tällöin – viimeistään tällöin - tapahtuu paluu takaisin luolaan auttamaan vielä vankeina olevia. (Wilber 2000a, 317; *Valtio, VII Kirja.*)

On, siis, olemassa kaksi yksisilmäistä strategiaa tulkita länsimaisen kasvatustieteenkin alkusiemenenä toiminutta Platonia: ensinnäkin ilmentyneen aistimaailman kieltäminen kokonaan (*”On vain ideamaailma!”*); ja toisaalta taas, pelkästään aistimaailman näkeminen – jolloin Platonin syvällisimmät opetukset ovat vain teoreettisten käsitteiden pyörittelyä. Nämä kaksi strategiaa ovat molemmat yksisilmäisesti nähtynä harhaisia ”alaviitteitä” Platonin filosofiaan, koska niissä nähdään asiat dualistisesti - ja valitaan dikotomisesti vain toinen. Mutta se on ilmeisesti erottamaton osa evoluutiotamme dualistisessa maailmassamme, että tällaiset vastakkainasettelut ovat syntyneet. Useimmat muistavat Platonista vain *ideoiden* maailmaan pyrkimisen. Mutta Platon selvästi loi yhdenlaisen kartan luolasta Aurinkoon – ja hänen karttansa sisälsi myös ei-dualistisen paluun takaisin. (ks. *Valtio; Symposium.*) (Jo Platonin Akatemiassa oli kielikuvamaisesti ilmaistuna ”esikuvallinen oikeisto” - ja ”esimerkillinen vasemmisto” (vrt. *Kosmoksen* oikea ja vasen ”käsi”, ks. liite 1); ja näiden oikean puolen ”fyysikoiden” ja vasemman puolen ”metafyysikoiden”, välisistä väittelyistä mahdollisesti kehkeytyivät esim. *Parmenides* ja *Sofisti*.)

Hengen ilmentyminen maailmaan ei siis tarkoita fanfaarein ja valkoisin kyyhkysin höystettyä spehtaakkelia, vaan Henki ilmenee aina *egon* eli minuuden paluuna äärimmäiseen yksinkertaisuuteen ja luonnollisuuteen. Ei-duaalista kuvaillaan aina hyvin yksinkertaisella ja pelkistetyllä kielellä. Rajallinen olemassaolo on *tässä ja nyt*. Kun sille antaudutaan oikealla tavalla, tulee siitä identtistä ikuisen olemassolon kanssa, joka on läsnä kaikessa kaikkialla, kaiken aikaa. Eli ”tuon puoleinen” maailma on ”tämän puoleinen” maailma nähtynä oikeassa valossa. (Wilber 2000a, 536; Marion 2000, 197–214; vrt. zen-perinne, ks. esim. Shibayama 1974; Klemola 2004, 236-271.)

Teknisesti ilmaistuna tunne ”sisällä olevasta” tarkkailijasta katoaa eli lakataan samaistumasta jopa transedenttiseen *egoon*, ja jäljelle jää vain tunne kaiken Olevaisuuden Ykseydestä. Ja tämä taas ei ole enää sanan varsinaisessa merkityksessä mikään erillinen tietoisuuden taso tai tukipiste; vaan kyseessä on kaikki tasot ja tilat sisältävä olemisen todellisuus *sellaisenaan*. Ja tämä on myös makrokosmisen

Tyhjyyden kaikkein syvin määritelmä eli kaikkien tilojen perimmäinen olemus ja *sellaisuus*. Tämä sisältää koko tietoisuuden kirjon, ollen sen kaiken ikiaikaisena pohjavireenä. Enää on jäljellä pelkkä *näkemisen* tapahtuma eli tietoisuus ja sen kohteet eivät olekaan erillisiä. (Wilber 2009, 329–336; Marion 2000, 197-214.)

Kaikki jatkaa olemassaoloaan hetkestä hetkeen, kuten aina ennenkin, mutta ei ole katsoja-subjektia ja katsottavaa-objektia - on vain pelkkä orgaanisesti yhtenäinen *virtaava olemassaolo* – aina ja ikuisesti. Tarkkailijan puhdas Tyhjiys osoittautuu samaksi kaiken tarkkaillun muodon kanssa, ja se on eräs ei-dualismin perusmerkityksistä. Toisin sanoen todellinen maailma ei ilmene kahdesti – ensin *tuolla* ja sitten *täällä*; tai ensin *ideamaailmassa* ja sitten *aktuaalisessa maailmassa*; tai ensin Hyvän ideana ja sitten muina *ideoina*, tai ensin Aurinkona ja sitten varjona luolassa. Tuo ”kaksinaisuus” eli dualismi on pohjimmiltaan harhaa – todellinen maailma ilmeneekin ei-dualistisena *Yhdesti ja Yhtenä*, välittömästi ja välittömänä - *tässä ja nyt ja ikuisesti*. (Wilber 2009, 329–336; Marion 2000, 197-214.)

Tajunnalle ei täten tavallaan tarvitse *tehdä* yhtään mitään erityistä, jotta se muuttuisi - sillä se on alkujaankin jakamaton.

*”Kun tulet tietoiseksi Olemisesta, Oleminen tulee tietoiseksi itsestään. Kun Oleminen tulee tietoiseksi itsestään, kyseessä on läsnäolo. Koska Oleminen, tietoisuus ja elämä merkitsevät sama, voidaan sanoa, että läsnäolo merkitsee sitä, että tietoisuus tulee tietoiseksi itsestään tai sitä, että elämä saavuttaa tietoisuuden. Mutta älä takerru sanoihin äläkä pyri ymmärtämään tätä. Ei ole mitään sellaista, mitä sinun pitäisi ymmärtää voidaksesi olla läsnä.”* (Tolle 2006, 105.)

**Se Vain On.** SE ON - aina ja kaikkialla - ”samanmakuinen”; jolloin voi tuntea - vain ja ainoastaan - myötätuntoa kaikkea kohtaan. Ja sama matemaattisesti ilmaistuna; jaetulla janalla on itse asiassa ääretön määrä pisteitä, ja kun jokaisen pisteen mitta-arvo on nolla – näin ollen ääretön ( $\infty$ ) ja nolla (0) ovat Yhtä (1). *Kosmos* on yhtä paljon ihmisessä, kuin ihminen *Kosmoksessa*; tätä tarkoittaa pohjimmiltaan se, että ihminen on mikrokosmos makrokosmoksessa. Tähän myös Platon saattoi viitata sanoessaan, tutkijoita paljon askarruttaneet, sanat: *”Ovatko jotkut sinänsä yhtäläiset joskus näyttäneet sinusta erilaisilta”* (Valtio).

Ei-dualistisen tason yksilöitä on eri puolilla maailmaa esiintynyt ainakin viimeisen kahden ja puolen tuhannen vuoden ajan, mutta kollektiivisesti on ihmiskunta vielä kaukana ei-dualistisesta. Tällä hetkellä lienee tietoyhteiskunnissa pääosa ihmisistä myyttis-rationaalisia, rationaalisia ja visio-loogisia tietoisuudeltaan. Tästä eteenpäin menemme yksilöiden omien pyrkimysten kautta (ylävasen), jotka näkyvät mieli/keho-konstruktion, mahdollisesti jopa mitattavina, muunnoksina (yläoikea); mutta jotka on tulkittava taas ylävasemman kautta (ks. liite 1). Nuo pyrkimykset tapahtuvat optimaalisesti kontemplatiivisten harjoitusten mukana, joita harjoitetaan yhteisöissä, joissa on samanhenkisiä ihmisiä (alavasen), joissa on oma erityinen mikrososiaalinen rakenteensa (alaoikea). Kaikki nämä transpersoonalliset tasot ovat mahdollisia ja todellisia *tässä ja nyt*; mutta käytännössä ne ovat yleensä kukkaan puhkeamista odottavia potentiaaleja, jotka vaativat työstämistä – kapasiteetin kasvattamista minuudessa - toteutuakseen. (Wilber 2000a, 322; Klemola 2004, 236-271.)

Platonin sanoin ilmaistuna Hyvän tunteminen liittyy välttämättä kaikkeen todelliseen tietoon ja taitoon, jotka eivät näin ollen ole arvovapaita, vaan sitovat harjoittajansa Hyvään (*Euthydemos 271-283a*). Mutta Hyvä on *idea*, joka kuuluu niiden *epistemi*en joukkoon, jotka on mahdollista tuntea vain harjoituksen ja oivalluksen tietä (Varto 1993, 123). Vaikka Platonin Hyvä on täysin abstrakti käsite, aiheuttaa sen tunteminen sisäisen oivalluksen kautta ihmisen toiminnan muuttumiseen hyväksi käytännön toimissa (*Pidot 211d-212a*).

*Valtion Seitsemäs Kirja* sisältää yksityiskohtaisia ohjeita kuinka filosofikuninkaan on hyvä vuorotella *ideaalisten* periaatteiden kontemplaation, ja niiden käytäntöön viemisen välillä (ks. Findlay 1974, 191). Dialektiikka ei Platonin (*Valtio 539a*) mukaan ole väittelyä, vaan jotain muuta. Liian kypsyttämällä ihmisillä dialektiikka Platonin havaintojen mukaan johtaa helposti vain energiansa tuhlaukseen kinastelun muodossa. ”Valaistuneella” ihmisellä täytyy säilyä ”tekemisen maku” elämässä eli hänelläkin on aina tehtävä täytettävänänsä tässä maailmassa – kanssaihmissä on nimittäin pyrittävä houkuttelemaan pois sieltä luolasta – jotta evoluutio voi jatkua, ja kehitys kehittyä. (*Valtio, VII Kirja*.)

Platon, itse asiassa, painottaa molempia suuntia – käytäntöä JA teoriaa - vaikka häntä usein pidetäänkin vain teoreetikkona ja ”idealistina”, jota ei käytännön elämä

kiinnostanut (vrt. *VII Kirje*). Ja länsimainen kulttuuri on ollut paljolti jatkuvaa taistelua näiden kahden liikkeen – eli esim. idealismin ja materialismin, laadullisen ja määrällisen, realismin ja konstruktivismin - painottamisen välillä. (Wilber 2000a, 330.) Ja me olemme oppineet uskomaan – tai näyttelemään, että uskomme – meissä olevan kaksi yhteensovittamatonta puolta; myyttis-uskonnollisesti ilmaistuna ”hyvä ja paha” eli henkinen ja lihaan sidottu. Olemme oppineet tämän istuessamme ”koulun penkillä” 9-12 vuotta; jotta oppisimme istumaan paikoillamme epäluonnollisessa asennossa (eli länsimaisissa epäergonomisissa tuoleissa), olemaan hiljaa ja kuuntelemaan enimmäkseen merkityksettömiä asioita – ja kaiken aikaa teeskennellen kiinnostunutta. (Varto 1993, 146.) Tähän minä sanon: ”*Jotain tarttis tehdä...*”

Platonkin siis näkee sielun kuolemattomana. Keho on kuitenkin jatkuvassa muutoksen tilassa, kuten luonto yleensäkin. Muutos aiheutuu aineenvaihdunnan tuloksena ja niiden aistimusten seurauksena, joita syntyy kehon ja mielen kohdatessa ulkopuolisia elementtejä. Aistimukset järkyttävät jopa väkivaltaisesti sielun liikkeitä – konkreettisesti koettu väkivalta tekee sen voimakkaimmalla mahdollisella tavalla; mutta myös esimerkiksi televisiosta katsottu väkivalta aiheuttaa saman lievemässä muodossa. Näin ihmisen sielu on joutessaan sidotuksi kuolevaiseen keho/mieli-konstruktioon aluksi vailla ymmärrystä – sielun täydellinen ympyräliike ikään kuin unohtuu ja tilalle tulee epäharmoninen liike vailla järkeä ja järjestystä. Mutta koska sielu on kuitenkin se ihmisen syvin olemus, niin keho/mieli on koulutettavissa uudelleen. (ks. Pitkänen 1994; *Valtio, Kirja X; Timaios*.) Uudenlainen – uusin tavoin painotettu – koulutus- ja kasvatusjärjestelmä on, se mitä mielestäni ”tarttis tehdä”...

Henkinen opettaja Anthony de Mello (2009) osuvasti huomauttaa, että ei meille koulussa opeteta, miten elää? Meille opetetaan kaikkea muuta. Sen takia, hengellisyydessä on usein kyse poisoppimisesta. Todellisuutta ei voi muuttaa, mutta itseään voi muuttaa – itseään voi kasvattaa. Itsensä kasvattamisen työkaluja voisi opettaa jo koulussa. (de Mello 2009, 70) Tilanteesta pääsee vain yhdellä tavalla ja se on ohjelmoinnin purkaminen! Miten se tapahtuu? Tulemalla ohjelmoinnista tietoiseksi. Näitä ohjelmoinnista tietoiseeksi tulemisen työkaluja eli tietoisuustaitoja voisi myös opettaa koulussa. Emme voi muuttua tahdon voimalla; emme ihanteiden avulla; emme omaksumalla uusia tapoja. Muuttuminen onnistuu vain tietoisuuden ja ymmärtämisen kautta. Ainoa tapa muuttua on oppia ymmärtämään uudella tavalla – spontaanien

oivallusten kautta. (de Mello 2009, 119) Niin, järjestelmä kuin järjestelmä on jokseenkin yhtä hyvä tai huono kuin sitä käyttävät ihmiset – mutta järjestelmääkin voi ja kannattaa muokata. (ks. *Valtio*.)

Ja maailman suurten mystikkojen ja tietäjien näkemyksen mukaan tämä tässä työssä paljon puhuttu havainnoiva, tarkkaileva, todistava minuus ulottuu aina Absoluttiin/Henkeen/Ilmentymättömään/Minä Olen -tietoisuuteen sellaisenaan eli Jumalalliseen saakka. Oman tajunnan äärimmäisessä syvyydessä rajallinen minuus yhtyy rajattomuuteen. Tämä Itse on ei ole minkään seuraus tai emergenssi, vaan se on läsnä *prehensiona*, *impulssina*, *emootiona*, *symbolina*, *järkenä*, muuntuneena tajunnan tilana kaiken aikaa alusta loppuun jokaisen *holonin* sisäisyytenä (ks. liite 1). Mutta mitä korkeammalla tasolla ollaan sitä kirkkaammin se loistaa ihmisyksilöstä ulospäin. Ja kontemplatiivisten traditioiden tuottama tieto perustuu nimeomaan tajunnassa tehtäville kokeille: Eli, mitä jos alat kouluttamaan itseäsi, ja seuraat tätä Tarkkailijaa samaistumalla siihen sen alkulähteelle sakka? Mitä oivallat??? (Wilber 2000b, 182–184.)



## 5 ”AURINKO” eli Tietoisuustaidoista

*”There is nothing either good or bad, but thinking makes it so.”*

- Shakespeare -

*”Sokrateen kerrotaan kerran pysähtyneen myyntikojun eteen katsomaan esille asetettuja tavaroita ja huudahtaneen: 'Noin paljon tavaroita, joita minä en tarvitse!'*

*Tuota sanontaa voidaan pitää kyynisen filosofian tunnuslauseena. Kyynikoiden koulukunnan perusti Anisthenes Ateenaan noin vuonna 400 eKr. Anisthenes oli ollut Sokrateen oppilas, ja hän oli erityisen kiintynyt tämän vaatimattomuuteen.*

*Kyynikoiden mielestä todellinen onni ei koostu ulkoisista seikoista kuten aineellisesta yllellisyydestä, poliittisesta vallasta tai hyvästä terveydestä. Todellinen onni ei saa olla riippuvainen noin tilapäisistä ja haavoittuvista seikoista, ja juuri siitä syystä se on kaikkien tavoitettavissa. Kun sen on kerran saavuttanut, sitä ei enää voi menettää.*

*Kyynikoista tunnetuin oli Anistheneen oppilas Diogenes. Hänen kerrotaan asuneen tynnyrissä ja omistaneen ainoastaan takin, kepin ja leipäpussin. (Silloin oli vaikea anastaa onnea!) Hänen paistatellessa kerran päivää tynnyrinsä edustalla Aleksanteri Suuri tuli hänen luokseen. Aleksanteri meni tuon viisaan miehen eteen ja kysyi, mitä tämä toivoi, sillä hän aikoi heti täyttää tämän toivomuksen. Silloin Diogenes vastasi: 'Siirry vain syrjään, niin näen auringon paistavan.'” (Gaarder 1995, 120–121.)*

*”Fyysisellä tasolla kaikki kokevat valon ja pimeyden. Jos olisi aina valoisaa, emme tuntisi pimeyden käsitettä. On kuitenkin jotain sellaista, mikä ei voi tuntea pimeyttä. Se jokin on kaiken valon lähde, aurinko. Tuo lähde ylittää fyysisen tason kaksinaisuuden.” (Dyer 2002, 61.)* Ja juuri siihen otamme yhteyden, kun olemme virtauskokemuksen vallassa läsnä *tässä ja nyt*. Kukaan ei omaa auringon energiaa, mutta se on aina käytettävissämme. Samalla tavoin makrokosmoksen evoluution luovuus on rajatonta. Mikrokosmoksen inspiraation vallassa koettu luovuus on rajatonta. (”Inspiraatio” tulee sanoista *”in spirit”* eli hengen vallassa.) Evoluution ja *Kosmoksen* eli Kaikkeuden Henki on kuin tuli – tuli palaa aina ylöspäin.

## 5.1 Tässä ja Nyt

*“Kaikkina aikoina ja jokaisessa paikassa, kaikki se mitä meille tapahtuu päivittäisessä elämässämme antaa meille mahdollisuuden harjoittaa filosofiaa.”*

- Plutarkhos -

Tässä luvussa pyrin nyt konkretisoimaan sitä, että kuinka *kuka tahansa* voi auttaa itseään ja muita ihmisiä tietoisuuden portailla eteenpäin. Samalla tämä on omalla tavallaan suoraa jatkoa *ei-dualistisen* tietoisuuden tason kuvaukselle; sillä sen oivaltamisesta edes hetkellisesti muuntuneena tajunnan tilana löytyy yksi potentiaalinen avain eteenpäin menemiselle - olimme sitten tässä kehityspsykologisessa jatkumossa millä tietoisuuden tasolla hyvänsä. Voisi sanoa, että kaikki ihmiselämä on valmistumista eksistentiaalisesta valinnan hetkeen, jolloin voimme torjua varjomaaailman varsinaisen substanssin sijasta. Tällöin emme enää näe mitään todellista hyötyä missään sellaisessa, joka luo jonkinlaisen “väliverhon” – luoden dualismin - itsemme ja ”sanoin kuvaamattoman” Hyvän idean välille. (Findlay 1974, 208; *Valtio, Kirja X.*)

Ja näitä valintoja, että mihin ihmisenä samaistuu voi tehdä joka päivä mistä hyvänsä hetkestä alkaen – sillä joka hetki ”*antaa meille mahdollisuuden harrastaa filosofiaa*”. Mutta tämä vaatii ymmärrystä siitä, että omia ajatuksiaan ja tuntemuksiaan – ja yleensäkin empiiristä *egoaan* kokonaisuutena - voi tarkkailla, ikään kuin, ulkopuolisena eli transendenttisenä *egona*. Elämän syklistä luonnetta kuvastaen voisi sanoa, että asia on näin, koska se mikä nousee *ideoista*, on myös sinne joskus palaava – eli tuo transendenttinen *ego* on nimenomaan ihmisen *idea*. (Findlay 1974, 208; *Valtio, Kirja X.*) Läsnaolo tässä ja nyt on kaiken a ja o (ks. esim. Tolle 2006; Klemola 2004). Ja Findlayn (1974, 38) mukaan Platon puhui ja kirjoitti *ideoista* usein nimenomaan ”jonain läsnäolevana” käyttäen sanaa *parousia*, joka tarkoittaa ”todellista läsnäoloa”.

Käytän tässä osiossa päälähteenä Eckhart Tollea (2002, 2005, 2006, 2007), joka on ns.

henkinen opettaja – ja monet luokittelevat hänen kirjansa New Age-kategoriaan. Häntä kuitenkin voi myös hyvällä syyllä pitää kontemplatiivisena Filosofina – tai intialaisen henkisen opettajan J. Krishnamurtin (2002) kuvausta itsestään lainatakseni ”jonkin-sortin-filosofina”. (Tollen kanssa samasta asiasta puhuneen J. Krishnamurtin teoksia löytyykin myös Turun yliopiston filosofian laitoksen kirjastosta.) Ja väitän, että jos Eckhart Tolle olisi kirjoittanut teoksensa Antiikin Kreikassa - tai vaihtoehtoisesti Intiassa - hän saattaisi olla yksi Kreikan – tai Intian - legendaarisia filosofejia.

Eckhart Tolle (2006) sopii tähän yhteyteen mielestäni ainakin parista syystä paremmin kuin kukaan muu. Hän puhuu siis samoja ikiaikaisia viisauksia, joita henkiset mestarit ja/tai ”mestarifilosofit” ovat kautta aikain puhuneet. Mutta hän onnistuu mielestäni ilmaisemaan asiat selkämmin, kirkkaammin ja ytimekkäämmin kuin ehkä kukaan muu – mutta tunnustan tämän olevan täysin subjektiivinen mielipide. Mutta samoista asioista ovat puhuneet ja/tai kirjoittaneet mm. Siddharta Gautama, Lao-Tse, Pythagoras, Sokrates, Platon, Jeesus Nasaretilainen, Plotinos, Patanjali, Bodhidharma, Padmasmbahava, Marcus Aurelius, Seneca, Cicero, Augustinus, Shankara, Chaitanya, Franciscus Assisilainen, Mestari Eckhart, Mumonkan, Dogen, Marselius Ficino, Spinoza, Schelling, John of the Cross, Teresa of Avila, Ramakrishna, Vivekananda, Ramana Maharshi, Aurobindo, Krishnamurti, Anthony de Mello, Jim Marion jne. Ja toinen tärkeä piirre Tollen (2007) opetuksissa on - jonka takia hän soveltuu tähän yhteyteen - ettei hän ole sitoutunut mihinkään yhteen tiettyyn perinteeseen. Saan kuitenkin tukea tähän osuuteen myös mykyaikaisen akateemisen filosofian (ks. Klemola 2004) ja psykologian (Csikszentmihalyi 1992) parista.

Joka tapauksessa, me emme koskaan aloita minkään asian tutkimista tyhjiössä, kuten edellä mainittu nimelistakin antaa ymmärtää. Näin ollen, emme myöskään ole vapaita uskomuksista, ennakkoluuloista, odotuksista, peloista, ehdollistumista - joita tosin saatamme luulla *tiedoksi*, koska esimerkiksi kulttuurissamme saatetaan opettaa uskomusta tietona – tai päinvastoin tietoa uskomuksena. Mutta dialektiikalla, tietoisuustaidoilla ja meditatiivisilla harjoituksilla on tarkoitus vapautua haitallisista mielipiteistä ja perinteistä. Tämä tapahtuu menemällä rationaalisen ajattelevan mielen tuolle puolen ja *näkemällä* asiat asteittain enenevässä määrin ilman kokemusten ja tuntemusten värittämää mieltä, joka aina vääristää asioita enemmän tai vähemmän (Klemola 2004, 42-74).

Reeven (1988, 108) mukaan Platon ennen kaikkea kirjasi *Valtiossa* ylös uuden teorian *ideoista*. Tämä teoria selittää nimenomaan tätä prosessia, jossa vapaudutaan *pakonomaisesti ajattelevasta mielestä* ja ihmisen kehitystä rajoittavista kulttuurisista perinteistämme. Ari Kivelä (1997) on todennut että koko kulttuurinen elämänmuotomme on ykis suuri piilo-opetussuunnitelma. Ja sivistys – tai laajemmin henkinen kehitys - ei ole koskaan yksinomaan yhteisöllinen TAI yksilöllinen prosessi; VAAN yhteisöllinen JA yksilöllinen ovat saman prosessin kaksi eri puolta (Kivelä 1997; ks. liite 1).

Pakonomainen ajattelu on itse asiassa riippuvuutta. Riippuvuuden tunnusmerkki: et pysty lopettamaan jotakin, joka ei ole elämisen kannalta välttämätöntä; ja yleensä riippuvuuden kohde on vieläpä epäterveellistä – ja näin on myös pakonomaisen ajattelun laita. Lisäksi se sekä suo valheellista nautintoa että valheellista minätuntoa, joka väistämättä johtaa kärsimykseen. Joku saattaa esittää kysymyksen: Miksi muka tulisimme ajattelusta riippuvaisiksi? Siksi, että samaistumme siihen, eli mielen toiminta ja sen sisältö alkavat merkitsemään *omaa itseä*, omaa minätuntoa, omaa identiteettiä, omaa minuutta – ja se on nimenomaan se paljolti se persoonallinen *ego*, joka on iso osa empiiristä *egoa*. Sen takia jopa tiedostamattamme luulemme lakkaavamme olemasta, jos lakkaamme ajattelemasta. (Tolle 2006, 35.) Anthony de Mello (2009, 55) toteaaakin osuvasti: ”Älkää nyrpistelkö alkoholin ja huumeiden käyttäjille: ehkä olette itekin aivan yhtä riippuvainen kuin hekin...”

Varttuessamme meille on muodostunut henkilökohtaisten ja kulttuuristen ehdollistumien pohjalta mielikuva siitä, kuka olemme. Se koostuu mielen kaavoista, malleista ja toiminnoista, sekä se voi yleensä olla olemassa vain jatkuvan ajattelun varassa. Tämä mielikuva on siis suorastaan valheellinen, sillä yleensä empiiriselle *egolle* on tuskin olemassa nykyhetkeä. Vain mennyt ja tuleva ovat tärkeitä jatkuvassa mentaalisessa sekamelskassa. Tämä on totuuden täydellinen pääläelleen kääntäminen, sillä todellisuudessa nykyhetki on tärkeämpi ja todellisempi. Voisimme siis todeta, että tuikitavallinen, niin sanotusti normaali, ajattelevan mielen ja/tai persoonallisen *egon* hallitsemana ihminen onkin itse asiassa häiriintynyt *energeettinen entiteetti*; MUTTA tätä ei ymmärretä minäsystemin häiriötilaksi, koska se on niin normaalia, joten sitä pidetään väistämättömänä osana ihmisyyttä. Tosiasiassa kaikki tässä luvussa mainitut

henkilöt ovat sitä mieltä, että näin ei ole – ihmisyyys on pohjimmiltaan jotain muuta. (Tolle 2006, 35; ks. Klemola 2004, 37–41.)

Transendettinen *ego*, varsinainen *Itse*, korkein minä tai sielu eivät ole pelkkiä käsitteitä, jotka kuulostaa hienolta ja henkevältä. Se on tapa olla ja elää. Se on ensimmäinen periaate, joka on ymmärrettävä ja sisäistettävä päätämme elää täydemmin tässä ikuisuudessa tapahtuvassa hetkessä, jota kutsumme elämäksi. (Dyer 2002, 34; ks. myös Klemola 2004.)

Mielen valta-asema – noosfäärin valta-asema - ei ole muuta kuin tietoisuuden kehityksen eräs vaihe. Meidän on nyt noustava kiireesti tietoisuuden seuraavalle tasolle kohti *teosfääriä*; muutoin tämä hirviöksi paisunut mieli tuhoaa meidät suoraan tai välillisesti sotien ja/tai ekokatastrofin muodossa. (Tolle 2006, 36; Wilber 2009.) Vajoaminen takaisin mieltä alhaisemmalle tietoisuuden tasolle, kuten monet ekoromantikot haikailevat - muinaisten esi-isemme, eläinten ja kasvien ajattelua edeltävälle tasolle - ei ole meille mikään aktuaalinen vaihtoehto. Voimme palata alemmille tasoille yhtä vähän kuin rikkoutunut kananmuna voi epärikkoutua. Jotta ihmissuku voisi säilyä, sen on noustava seuraavalla tasolle. (Wilber 2009; ks. esim. Greene 2005.) Sen sijaan, tulemalla tästä ongelmasta tietoiseksi, olemme murtamassa ihmiselämää jo ainakin ajoista alkaen hallinneita, suunnatonta kärsimystä tuottaneita, mielen kuvioita. En halua käyttää sanaa ”paha”, noista mielen kuvioista, ja niiden tuottamista teoista. On hyödyllisempää käyttää sanoja kuten ”tietämättömyys” ja ”mielipuolisuus”. (Tolle 2006, 76.)

Mieli on varsinaisesti olemassaolon taistelun väline, ja sillä on ollut merkittävä osa niin ihmisen evoluutiossa kokonaisuudessaan, kuin myös ihmisyksilöiden ja -ryhmien hengissäsäilymisen kamppailussa täällä maan päällä. Se on mainio sekä hyökätessä että puolustauduttaessa muita lajeja, ihmisryhmiä tai -yksilöitä vastaan. Mieli kerää, varastoi ja erittelee tietoja. Mutta siltä puuttuu luovuus! Kaikki todelliset taiteilijat - ovat he siitä tietoisia tai eivät – luovat, mielen tuolla puolen olevan, sisäisen hiljaisuuden tilasta käsin. Mieli antaa sitten muodon luovalle herätteelle tai oivallukselle – inspiraation vallassa, hengen vallassa (*in spirit*). Myös suuret tieteenharjoittajat ovat kertoneet, että heidän urauurtavat läpimurtonsa ovat syntyneet mielen hiljaisuuden aikana. (Tolle 2006, 36–37; ks. myös Klemola 2004.) Tolle (2006, 37) väittääkin, että yksinkertainen

syy siihen, miksi tieteenharjoittajien enemmistöltä puuttuu luovuus, ei suinkaan ole se, etteivät he osaisi ajatella, vaan se, etteivät he osaa pysäyttää ajattelua!

Palataan taas Sokrateen kehotukseen: ”*Tunne itsesi!*” Jos todella tahtoo tuntea mielensä (*Kosmoksen* ylävasen), niin keho (*Kosmoksen* yläoikea) antaa siitä aina totuudenmukaisen peilikuvan (ks. liite 1). On siis tarkasteleltava siksi emotioitaan; tai paremminkin on tunnettava ne kehossaan. Jos ajatuksen ja emotion välillä vallitsee ilmeinen ristiriita, silloin ajatus valehtelee ja emotio kertoo totuuden. Se ei kerro perimmäistä totuutta siitä, että *Kuka Olet*, vaan suhteellisen totuuden mielesi tuon hetkisestä tilasta. Eli empiirisestä *egosta* löytyy ”portti” syvempään itsetuntemukseen – oma keho. (Tolle 2006, 39; ks. Klemola 2004.)

Erilaiset meditatiiviset harjoitukset ja tietoisuustaidot tähtäävät erilaisille transpersoonallisille alueille; ja sitä kautta lisäämään ja syventämään *itsetuntemusta*. Jotkut harjoitukset ja perinteet tähtäävät ensisijaisesti (para)psyykkisiin kokemuksiin ja luontomystiikkaan; toiset hienosyisen alueen jumaluusmystiikkaan; jotkut taas kausaalisen alueen Tarkkailija *Itsen* muotoa vailla ilmenevään vapauteen – ja muutamat suoraan ei-dualistiseen Ykseyteen, jossa kaikki minätuntemukset lakkaavat. (Wilber 2009, 326.) Mutta olennaisena yhteisenä piirteenä niillä tuntuu olevan, että näiden harjoitusten avulla, aloitetaan tutustuminen itseen kohdistamalla mieli yhteen asiaan kerrallaan. Täten yhtenä elementtinä olemiseen tulee *läsnäolo* nykyhetkessä, joka onnistuessaan luo *virtauskokemuksen*, joka tarpeeksi pitkään jatkuneena auttaa spontaanisti unohtamaan empiirisen *egon* ja tuntemaan pikemminkin saumatonta *ykseyttä* ympäröivän todellisuuden kanssa, egosentrisen erillisyyden sijaan. (ks. esim. Csikszentmihalyi 1992; Klemola 2004.)

Jokainen voi itse alkaa tutustumaan eri perinteisiin, ja jos jokin tuntuu ”omalta jutulta”, niin sitä kannattaa alkaa harjoittamaan – alussa ei ole niin tärkeää mille tasolle harjoitus on alkujaan suunnattu, sillä suurimman osan kohdalla meistä, mille tahansa transpersoonalliselle tasolle tähtääminen on joka tapauksessa eteenpäin tähtäämistä. Nämä yhdistettynä psykoterapian ja vaihtoehtohoitojen parhaisiin puoliin voidaan muodostaa ”*joka tason ja joka näkökulman*” muutosohjelma. Esimerkiksi Tollen (2006, 112) ja Wilberin (2009) mukaan, jos tunnet kiinnostusta johonkin ”valaistuneeseen mestariin”, niin sinussa on jo tarpeeksi läsnäoloa tunnistaaksesi poikkeuksellisen

läsnäolon toisessa yksilössä. Olihan toki myös paljon ihmisiä, jotka eivät arvostaneet esimerkiksi Jeesusta tai Buddhaa. Aina on ollut ja on paljon ihmisiä, jotka puolestaan tuntevat vetovoimaa väärin opettajiin eli opettajiin, jotka ovat henkilökohtaisella karismallaan ja mahdollisesti parapsyykkisillä kyvyillä saavuttaneet henkisen opettajan aseman – ja päätyvätkin sitten käyttämään asemaansa narsististen tarpeiden tyydyttämiseen. Tällaisetkin ”opettajat” vetävät ihmisiä puoleensa, koska häiriintyneitä persoonallisia *egoja* viehättävät suuremmat häiriintyneet persoonalliset *egot*. (Tolle 2006, 112.)

Tuodakseni tämän vielä lähemmäs mahdollisimman monen ihmisen arkipäivää, niin tahdon painottaa, että myös liikunta voi toimia meditatiivisena harjoituksena. Liikunnallisella kasvatuksella pyritään synnyttämään *fysis* (*Valtio 374e*), joka ei tässä tarkoita vain ihmisen fysiikkaa, vaan eräänlaista yleisasennetta elämään, jota myöhemmässä filosofiassa on kutsuttu kehollisuudeksi – ja yliopistojen ulkopuolella esimerkiksi somatiikaksi (Klemola 2004, 17-41). Liikunnalliset harjoitukset kontemplatiivisissa perinteissä eivät tähtää ensisijaisesti voimaan, nopeuteen tai kilpailun voittoon; vaan pikemminkin terveyteen, ruumiilliseen tasapainoon, virtauskokemuksiin ja oikean ravinnon tuntemiseen – jotka yhdessä luovat pohjaa henkiselle kehitykselle (Klemola 1998; ks. myös esim. Jois 1999).

Ja myös arkipäiväisen liikkumisen paikasta toiseen voi ottaa harjoituksena. Esimerkiksi japanilainen filosofi Hiroshi Ichikawa kuvaa tuikitavallista kävelyä dialogina maailman kanssa – jokainen askel on kysymys, johon maa vastaa (Klemola 2004, 196). Kehon liikuttaminen on aina eräänlaista kamppailua painovoiman kanssa. Painovoima vetää meitä kasaan; mutta kehonsa voi tietoisesti asettaa optimaalisen asentoon maan vetovoimaa vastaan, jolloin voimme liikkua mahdollisimman rennolla ja vaivattomalla tavalla : kaikessa yksinkertaisuudessa, jakamalla painon tasaisesti maan ja kehon kosketuspinnalla ja ajattelemalla, että niska venyy ylöspäin olemme mahdollisimman rentoja oman kehomme sen hetkisen ominaisuuksien puitteissa. Tästä voisi sekä kuvaannollisesti että konkreettisesti sanoa, että juuret ovat maassa, ja henki ylöspäin kohti taivasta. Ja olemme silloin ”täysin rinnoin” siinä pisteessä, missä maailma, aika, keho, mieli ja tietoisuus leikkaavat optimaalisesti: *tässä ja nyt*. (Klemola 2004, 197.)

Tässä haluan tosin vielä tarkentaa, ettei ole tietystikään oikeasti tarkkaan ottaen

olemassa mitään ”pelkästään fyysistä” tai ”pelkästään henkistä” harjoitusta – kuten ei-dualistiset perinteet opettavatkin. Keho ja mieli ovat siinä määrin tiiviissä vuorovaikutuksessa, että aina kun toisessa liikahdaa jotakin, niin se vaikuttaa toiseen – aina kun sisäisessä tapahtuu jotain se vaikuttaa ulkoiseen, ja päinvastoin. Ja keho/mieli-konstruktioon samaistumisen aste viime kädessä kertoo ns. henkisydestä - tai sen puutteesta. Mutta analysoitaessa ihmiskokonaisuutta sekä sen kasvua – ja kasvun mahdollisuuksia - on hyvä tehdä erotteluita, kuten keho/mieli -erottelu, joidenkin asioiden ymmärtämisen helpottamiseksi.

Mutta vaikka olisimme kuinka vahvasti identifioituneita transedenttiseen *egoon*, niin meillä säilyy aina silti kulkuvälineenä fyysinen kehomme tässä yhteisessä maailmassamme, joka siis Wilberin (2000a) teoriaa käyttäksemme muodostuu *Kosmoksen* oikeasta puolesta. Fyysisellä tasolla emme ole luonnollisestikaan kokonaisia. Olemme joko mies tai nainen – eli ikään kuin puolet kokonaisesta. Tällä fyysisellä tasolla kokonaisuuden ja eheyden kaipuu - kaipuu Ykseyteen - ilmenee miehen ja naisen välisenä vetovoimana. Mies tarvitsee naista ja nainen miestä. Ankarat tarve yhtyä vastakkaiseen energiavirtaan on melkein vastustamaton. Tämä fyysisen pakon perimmäinen syy on henkinen: kaipuu pois kaksinaisuudesta takaisin kokonaisuuteen, ei-dualistiseen Ykseyteen. Seksuaalisessa yhtymisessä voimme fyysisellä tasolla päästä kaikista lähimmäksi tätä tilaa. Siksi se on aineellisessa maailmassa kaikkien tyydyttävintä kokemus. Mutta loppujen lopuksi, seksuaalinen yhtyminen on vain hetken autuus ja ohimenevä välähdys Ykseydestä. Mutta sitäkin voi käyttää henkisenä harjoituksena, jos tekee *sen* toista varten, ei oman tyydytyksen takia. (Tolle 2006, 151.)

Yleensäkin fyysisen nautinnon suomaa voimistunutta elossa olemisen tunnetta tai psykologisen tyydytyksen tarjoamaa turvallisempaa ja täydellisempää minätuntoa saatetaan pitää onnena. Ihminen pyrkii näin vapautumaan tyytymättömyyden ja riittämättömyyden tilastaan. Kaikki tuolla tavoin saavutettu tyydytys on kuitenkin poikkeuksetta suhteellisen lyhytaikaista. Niinpä tyydytys tai täyttymys siirretään jälleen kerran kuvitteelliseen tulevaisuuteen eli pois *tästä hetkestä*. Todellinen *eudaimonia* eli ”onni ja autuus” on täyttymystä, rauhaa, elämää *tässä ja nyt* kaikessa täyteydessään - sellaisenaan. Se merkitsee sitä, että ihminen vain on *se joka on*, tuntien sisimmässään sen hyvän, jolle ei ole vastakohtaa – Hyvän idean - näin tuntien kaiken ulkoisesta



täysin riippumattoman Olemisen ilon. Tämä tarkoittaa, että ihminen tuntee itsensä sen ajattoman ja muotoa vailla olevan Elämän erottamattomaksi osaksi, josta kaikki olemassa oleva on peräisin. (Tolle 2006, 147; ks. Klemola 2004.)

Mielihyvä suuntautuu kyllä kohti Hyvää, mutta mielihyvä itsessään ei ole absoluuttisesti hyvää, kuten Hyvän idea; koska mielihyvä usein tuottaa ”krapulan” muodossa tai toisessa. Sielun on mahdollista epä-älyllisesti, ”tunteenomaisesti”, päästä suoraan kosketukseen *ideamaailman* kanssa. (Thesleff 1989, 377–378; Pitkänen, 1994, 40.) Ja Platon nimenomaan tarkoittaa todellisella nautinnolla (*eudaimonia*) tällaista tunteenomaista suoraa sisäistä kontaktia johonkin, jota ei voi ulkoisesti havainnoida fysio- ja biosfäärissä. Tällainen kontakti viime kädessä syntyy spontaanisti, vailla varsinaista pyrkimystä. Mutta voimme pyrkiä tietoisuusharjoitusten ja -taitojen avulla valamaan pohjaa, jotta tällainen olisi yleensäkin mahdollista. Ja tässä tarvitaan suurempaa täsmällisyyttä, kuin monissa arkipäivän ja työelämän käytännön toimissa - tarvitaan fenomenologista tutkivaa asennetta. (Klemola 2004; ks. myös MacIntyre 2004.)

Fyysisen ja mentaalisen suhdetta toisiinsa kuvastavat myös sairastumiset – joita nimenomaan kohtuuttomat nautinnot usein aiheuttavat. Nykyään länsimainen lääketiedekin hyväksyy aika yleisesti psykosomatiikan eli mentaaliset ongelmat käsittelemättöminä johtavat usein fyysiseen sairauteen. Mutta silti tämä tosiasia ei vielä näy useinkaan lääketieteen metodiikassa; koska yhä liian usein hoidetaan vain oireita läkkeillä ja kirurgialla, sen sijaan, että puututtaisiin sairauden alkusyyhyn. Ja joka tapauksessa, ihmisen fyysinen energia vaihtelee jaksoittain. Monet sairaudet syntyvät taisteltaessa alhaisen energiatason jaksoja vastaan tässä suorituskeskeisessä kilpailullisessa tehokkuuskulttuurissa. Tekemisen pakko tekee vaikeaksi hyväksyä omaa heikkoutta. Tällöin fyysisen organismin oma älykkyys saattaa asettua johtoon ja synnyttää sairauden ikään kuin itsepuolustukseksi pakottaakseen ihmisyyksilön pysähtymään, jotta välttämätön palautuminen ja uusiutuminen voi tapahtua. (Tolle 2006, 180–181.)

Kaikenlaisessa inhimillisessä uusiutumisessa voi käyttää apuna ruumiinharjoituksia; kun ne asetetaan oikeaan suhteeseen muun *Kosmoksen* kanssa, saavat ne elävän yhteiskunnallisen, poliittisen ja eettisen merkityksen, koska ilman näitä harjoituksia jäisi

paljon piiloon, mielen varjoon tai varjoihin. Platon korostaa kehollisten harjoitusten oikeaa mittaa ja oikeaa tapaa eli esimerkiksi pelkästään fyysiseen puoleen ei kannata keskittyä, koska se johtaa helposti raakuuteen. Pelkästään mentaaliseen puoleen keskittyminen puolestaan johtaa ylenpalttiseen velttouteen, saamattomuuteen ja laiskuuteen (*Valtio, Kirja II*). Keholliset harjoitukset ja niistä syntyvät kyvyt asettavat mielelle selkeän toimintatilan, konkreettisesti paikantaen ihmisen maailmassa – ja tuoden ihmisen läsnäolevaksi tähän hetkeen (ks. Csikszentmihalyi 1992; Klemola 1998).

Mikäli tällaista paikantamista ei ole, mieli voi vailla mitään rajaa vaellella kuvittelemisissaan maailmoissa – yleensä menneisyydessä tai tulevaisuudessa, peloissa tai haaveissa - koska ihmisellä on taipumus tolkuttomuuteen, mikäli hän keskittyy vain pohtimaan ajatuksia, jotka sattuvat hänen ”päähänsä pälkähtämään” (Varto 1993, 104–106). On kuitenkin muistettava, että tämän paikantumisen ymmärtäminen edellyttää kokonaan kehollisesta riippumattonta tietoa; tietoa muuttumattomasta tai aluksi edes uskoa, luuloa, spekulatiota, hypoteesia tai teoriaa - joka suuntaa intentiota johonkin muuhunkin kuin materiaaliseen ja aistilliseen (Klemola 2004).

Monen on varmasti vaikea uskoa kykyymme päästä esimerkiksi sellaiselle tasolle, jota tässä työssä kutsutuaan *kausaaliseksi*, sillä sen kaltainen ”*puhdas ja staattinen mielihyvän olo tila soveltuu paremmin jumalille kuin ihmisille*” (*Filebos 33c*). (Ihan niin kuin täydellinen, tasa-arvoinen kommunismi sopii vain jumalille (*Lait 739a-e*).) Pitkäsen (1994, 35) mukaan Platon näkee ihmisen järjellisyys osuutena universaalijärjestä - ikään kuin tietoisuuden pisarana tietoisuuden kosmisessa meressä. Näin ihmissielun luontainen järkiosa eli *logos* – josta saamme intuitiiviset viestit mielelle ja luontaiset toimintamme kehoomme - on ihmisen jumalallinen komponentti. Vaalimalla sitä ihminen saattaa kehittää itseään ”jumalan kaltaiseksi”. ”Jumalan kaltaisuus” tarkoittaa kosmisen järjestyksen mukaista, jolloin ihmisen kaikki olemuspuolet – kaikki *Kosmoksen* neljä kulmausta - ovat harmoniassa eli vähintään kausaalista tietoisuuden tasoa (ks. liite 1). Ja tästä oikeasta järjestyksestä syntyvät spontaanisti hyveet; Hyviä tekoja ei tarvitse yrittää moraalioppeja noudatellen, vaan niitä syntyy spontaanisti ihmisen toiminnassa, mitä enemmän ihmiskokonaisuuden eri komponentit ovat harmoniassa (*kosmos*) (*Menon 88c-89a*; ks. myös Klemola 2004, 236–271).

Koska sielu on alkuperäiseltä olemukseltaan oikein virittynyt, on sen kautta mahdollista virittää keho/mieli-konstruktio uudelleen tietoisien tavoitteellisuuden avulla. (vrt. *Menon* 98d; *Protagoras* 358d) *”Ihmisten asiat eivät tosin ole paljonkaan vakavan huomion arvoiset, mutta meidän on otettava ne vakavasti”* - eli persoonallisten *egojen* ongelmat eivät ole yleensä kovin vakavia, paitsi ehkä nimenomaan totaalista samaistumista persoonalliseen *egoon* voi pitää sellaisena – vakavana ongelmana. Täten meidän on annettava ”kasvatusleikeillemme” (*paidia/paideia*) vakava päämäärä – sillä ihminen on oikeastaan ”Jumalan” (tai ”Kosmisen järjestelmän”) leikkikalusta (Menon 83b). Inhimillinen elämä määräytyy Platonin mukaan jumalallisen kaitselmuksen ja välttämättömyyden puitteissa ihmisen oman toiminnan tuloksena. Ihmisellä on potentiaaliset valmiudet hyvän elämän toteuttamiseen – ja se tapahtuu aina *nykyhetkessä*, ei koskaan tulevaisuudessa. Mutta hänestä itsestään riippuu, millaiseksi elämä lopulta muodostuu. (Pitkänen 1994, 25–35; ks. esim. Tolle 2006.)

Tähän liittyen Tolle (2006, 61) kysyykin: *”Oletko koskaan kokenut, tehnyt, ajatellut tai tuntenut mitään läsnäolevan hetken ulkopuolella?”* Mitään ei koskaan tapahtunut menneisyydessä. Se menneisyydeltä nyt tuntuva tapahtui aikanaan *läsnä olevassa hetkessä*. Mitään ei koskaan tapahdu tulevaisuudessa. Se tapahtuu – jos kuvitelma on tapahtuakseen - aikanaan *läsnä olevassa hetkessä*. Menneisyytenä pitämämme on menneestä nykyhetkestä mieleemme varastoitunut muistijälki. Muistellesamme mennyttä elvytämme muistijäljen – ja se tapahtuu *Läsnä Olevassa Hetkessä* – mutta silloin emme todella koe läsnäolevaa nykyhetkeä *Tässä ja Nyt!* Tulevaisuus on mielen kuvitteleva nykyhetki. Kun tulevaisuus tulee, se tulee läsnä olevana hetkenä. Tulevaa ajattelemme aina tässä hetkessä. Menneisyys ja tulevaisuus eivät sinänsä ole olemassa. Aivan kuten kuunkin valo on lainavallo auringolta; niin myös menneisyys ja tulevaisuus ovat ainoastaan todellisen, ikuisesti läsnä olevan hetken valon ja voiman kalpeaa heijastusta. Niiden todellisuus on lainaa läsnä olevalta hetkeltä. (Tolle 2006, 61.)

Myös Augustinus (2003, 18–20) käsitteli myöhäisantiikissa tätä ajan ongelmatiikkaa teoksessaan ”Tunnustukset”:

*”Kuitenkaan mennyt ja tuleva eivät ole pelkkää unta ja kuvitelmaa. Missä sitten on niiden alkuperä ja perusta? Ainakin on selvää, että 'missä tahansa ja mitä tahnasa ne sitten ovatkin,*

*niitä ei ole olemassa muuten kuin nykyisin!" - se jokin, jonka kautta mennyt ja tuleva syntyvät olemaan, täytyy olla jotakin nykyistä. Siis mitä? Oman sielumme tiloja! Mennyt saa olemassaolonsa muistoista, tulevaisuus odotuksesta – sieluni tiloina nykyhetkessä.”*

Asianmukasimmin ehkä sanottaisiin, että on kolme aikaa: menneen nykyisyys, nykyisen nykyisyys ja tulevan nykyisyys. Sillä nämä kolme ovat jollakin tavalla sielussa, muualla emme niitä näe. (Saarinen 1985, 94–95.) Einstein onkin todennut, että fyysikoille menneisyys ja tulevaisuus ovat ”itsepintaisia illuusioita”.

Ajasta vapautuminen merkitsee, että emme psykologisesti enää tarvitse menneisyyttä muodostaessamme kuvaa itsestämme tai tulevaisuutta tuomaan onnea ja täyttymystä. Se merkitsee täydellisintä kuviteltavissa olevaa *tietoisuuden muodonmuutosta*. Joissakin harvoissa tapauksissa tämä vaihdos tapahtuu rajusti ja perinpohjaisesti ja lopullisesti. Silloin se totetutuu tavallisesti voimakkaan kärsimyksen puristuksessa täydellisenä antautumisena. Useimpien ihmisten on kuitenkin työskenneltävä paljon ja pitkäjänteisesti sen eteen. (Tolle 2007; ks. esim. Tolle 2006, 1-7.) Tietoisuuden lisääntymiseen tarvitaan fenomenologista asennetta, ja sen (tutkimus)tulos on usein vaikea terapeutinen prosessi. Voisi sanoa, että aito fenomenologinen asenne on aina ihmistä muuttava. Jos muutosta ei tapahdu, niin silloin olemme epäonnistuneet fenomenologisessa asenteessa. (Klemola 2004, 74; ks. Assagioli 2006a.)

Tietoisuustaitoja fenomenologisella asenteella harjoittamalla kuljetaan ylös luolasta kohti Aurinkoa eli Hyvä ideaa. Ja, jotkut – hyvin harvat – alkavat näkemään Hyvän idean kaiken aikaa ja kaikessa. Hyvän idean saavutettuaan *“elollinen, joka sen omaa pysyvästi, joka suhteessa ja kauttaaltaan, ei tarvitse enää mitään muuta: sen tarpeet on täydellisesti tyydytetty”* (Filebos 60c). Käytännön elämässä on kuitenkin *“sekoitettava keskenään mielihyvän hunajajuoma ja ymmärryksen kirkas vesi”* (Filebos 61c). Thesleffin (1989) mukaan ongelmana on kuitenkin, että missä määrin on hyväksyttävä maailmamme usein hämmentävät ja ristiriitaiset ilmiöt?

Tolle (2006) vastaa siihen: Niin kauan kuin ego- tai etnosentrinen mieli hallitsee elämää, ei ihminen pysty tuntemaan oloaan levolliseksi. Hän voi kokea rauhaa tai täyttymystä ainoastaan niinä lyhyinä tuokioina, jolloin on juuri saanut haluamansa - kun halu on juuri tullut tyydytetyksi. Koska persoonallinen *ego* on loppujen lopuksi keinotekoinen ja väliaikainen minätunto, sen täytyy samaistua ulkoisiin asioihin, ja

omiin ohimeneviin haluihin sekä pelkoihin. Persoonallisen *egon* tavallisimmat samaistumisen kohteet ovat omaisuus, työ, sosiaalinen asema, tunnustus, tiedot ja koulutus, ulkonäkö, erikoiskyvyt, suhteet, henkilö- ja perhehistoria ja ideologiat. Usein samaistutaan myös poliittisiin, kansallisiin, rodullisiin, uskonnollisiin ja muihin ryhmiin. Ihminen ei pohjimmiltaan kuitenkaan ole mikään niistä. Nämä luovat elämäntilanteita, joilla on oma suhteellinen todellisuutensa - kuten Platonin luolan varjoilla. Mutta absoluuttinen todellisuus on vain jatkuvan tietoisuuden kautta löytyvällä transedenttisellä *egolla*. (Tolle 2006, 56–57; Heidegger 2002.)

Suurin osa ihmisille sattuvista vastoinkäymisistä ja konflikteista – eli ns. ”pahoista asioista” - johtuu tiedostamattomuudesta. Ne ovat itse asiassa yleensä itse aiheutettuja, tai oikeammin persoonallisen *egon* aikaansaamia. Niitä voisi hyvin kuvaavasti nimittää ”draamaksi”. Kun ihminen on täysin tietoinen, elämään ei tule enää draamaa. Palauttakaamme mieleen, miten persoonallinen *ego* toimii ja luo draamaa. Tämä enemmän tai vähemmän narsistinen *ego* on *havaitsematta jäänyt mieli*. Tämä on siis jatkuvasti pakonomaisesti ajatteleva mieli, joka koko ajan luo sisäisesti draamaa erilaisina tarinoina ja vastakkainasetteluina – joka puolestaan heijastuu ulos ihmisten välisenä draamana. Ja tämä pitkälti ohjaa elämäämme, kun emme ole läsnä tarkkailevana tietoisuutena eli transedenttisena *egona*. (ks. esim. Tolle 2002.) Kognitiivisessa psykologiassa vastaavasta kehittymisestä ihmisenä on myös puhuttu: ”Näyttää siltä, että heikon itsetunnon ja omaan minään kohdistuvan uhkan vastakohtana ei olekaan suorituksen aikaan koettu ’vahva minä’, vaan tällaisen suorituksen kannalta epärelevanttien minäkognitoiden puuttuminen kokonaan” (Lehtinen, Vauras, Salonen & Kinnunen 2001).

Esimerkiksi, jos näyttää siltä, ettei ole mitään tietä ulos haastavasta elämäntilanteesta, on aina olemassa tie tilanteen läpi. Tällöin ei siis kannata kääntää selkäänsä tilanteen tuottamalle tuskalle. Sen sijaan, se on kohdattava sellaisenaan. Se on tunnettava täydellisesti, tällöin oppii tuntemaan kaiken aika paremmin myös itseänsä. Eli *Tunne Se – älä ajattele sitä!* Sen voi ilmaista, jos se on välttämätöntä. Mutta sen ympärille ei kannata mielessään laatia käsikirjoitusta tai leimaa, joka jää mielen malliksi. (Tolle 2006, 315.)

Ihminen on yleensä aina samanaikaisesti useiden erilaisten ajatusten ja tunteiden

vallassa. Koska ihminen on mikrokosmos makrokosmoksessa, kaikkea tuota ihmisessä itsessä tapahtuvaakin voi tarkkailla luonnontieteilijän asenteella. Kun on täysin samaistunut tuohon tarkkailijaan – eli transedenttiseen *egoon* – itsessään, voi tahtoessaan suhtautua kaikkeen niin hyvään kuin pahaan, kärsimykseen kuin mielihyvään – takertumattomalla tyyneydellä. Niin myös Platonille (*Lait*) ihmisten kiireet, murheet, ilot, surut ja itsetärkeilyt kaikki muuttuvat vain eräänlaiseksi ”jumalaiseksi nukketeatteriksi”. (Hadot 1993, 105–106.)

Avaimena on koko huomionsa keskittäminen tunteen sisäiseen tuntemiseen – ei ajattelemiseen; eikä henkilöön, tapahtumaan tai tilanteeseen, joka näyttää aiheuttaneen tunteen. Ja missään nimessä ei tule antaa ajattelevan mielen luoda tuskasta itselleen uhrin roolia. Itsesääli ja oman mielen läpi suodattuneiden kärsimystarinoidensa kertominen muille vangitsee ihmisen kärsimykseen. Koska on mahdotonta päästä irti tunteesta, ainoa mahdollisuus muutokseen on siihen paneutuminen. Muuten kaikki pysyy ennallaan. (Tolle 2006, 315; Assagioli 2006a.) Esimerkiksi voit katsella masennusta itsessäsi, tekemättä elettekään päästäksesi siitä eroon; suostuen vain tyynesti jatkamaan elämääsi ja odottamaan, että se menee ohi ja katoaa – vajoaa takaisin tyhjyyteen, mistä se on alkujaan noussutkin - neuvoo de Mello (2009, 54).

Tunteeseen paneutuessaan ihminen on läsnä ja parhaimmillaan äärimmäisen valpas. Tuo tunne saattaa ensin näyttää synkältä ja pelottavalta, ja kun herää halu kääntyä pois siitä, on vain tarkkailtava sitä ilman reaktiota. Tolle kehottaa, että ”*kohdistu huomiosi jatkuvasti tuskaan ja tunne se suruna, pelkona, hätänä ja yksinäisyytenä*”. Ihminen ei koskaan pyöri niin paljon itsensä ympärillä kuin ollessaan masentunut. Masennukseen voi joko samaistua, ja jäädä siihen jumiin; tai sitä voi vaihtoehtoisesti tarkkailla vailla takertumista, jolloin se lisää tietoisuutta ja itsetuntemusta, luoden tilaa minuuden ja negatiivisen tuntemuksen välille. (Tolle 2006, 215.)

Tämä sama metodi toimii myös haitallisia mielihaluja vastaan taisteltaessa. Haitallisten mielihalujen ja kärsimyksen ero onkin itse asiassa vain veteen piirretty viiva, niiden tuottaman krapulan takia. *Ole valppaana, ole läsnä – läsnä koko Olemisellasi*, kehosi jokaisella solulla. Eli *Tunne Itsesi*; konkreettisesti keho/mielenä *tässä ja nyt* – ja opit tuntemaan itsesi useita erilaisia kerroksia käsittävänä olentona – saatat päästä käsiksi jopa ns. mystiseen fysiologiaan. Näin tehdessämme tuomme valoa pimeyteen –

tietoisuutta tajuntaan, tiedostamattoman alitajuisen reagoinnin sijaan. Näin toimii tietoisuuden ”liekki”. (Tolle 2006, 215; Klemola 2004, 219-221.)

Platonilta löytyy runsaasti viittauksia vastaavanlaiseen ”ihmisen *idean*” toteutumiseen, esimerkiksi:

*”...on oikein ja kohtuullista puhua ruumiin ja mielen parantamisesta ja keinoista, joilla se on aikaansaataavissa. Sillä hyvä ansaitsee enemmän selvittelyä kuin paha. Kaikki hyvä on kaunista, ja kaikessa kauniissa suhteet ovat sopusointuiset. Niin muodoin elävän olennon, jonka on määrä olla kaunis on oltava sopusointuinen. Vähäisissä asioissa me havaitsemmekin sopusoinnun... Sillä juuri ruumiin ja sielun välillä vallitseva sopusointu tai sen puute enemmän kuin mikään muu saa aikaan terveyttä ja sairautta, hyvettä ja pahetta.” (Timaios 87cd).*

Tie tosiolevaisen kauneuden katseluun on pitkälinen, huipentuen lopulta kauneuden *idean* intuitiiviseen oivaltamiseen. Oivalluksessa on kysymys kauniin näkemisestä *logos*-järjen, ei aistien avulla. Niinpä, kun ihminen aste asteelta tutustuu kauneuteen, hän odottamatta – *jos jumala suo* - havaitsee jotakin, joka on olemukseltaan sanoinkuvaamattoman kaunista eli Hyvän *idean*. (*Pidot* 210c.)

Tämä avautuu yleensä vain kontemplatiiviselle filosofille, joka rauhoittaa sielunsa aistimellisista asioista ja harjoittaa pitkällisen harjoituksen avulla – fenomenologisella asenteella - havainnointikykyään. Tällöin *logos*-järki johdattaa ihmisen toimimaan – vailla sosiaalista painetta – Hyvän *idean* mukaisesti. (*Lait* 897b.) Kannattaa panna merkeille, että aistihavainnot ja *ideaalinen* tieto kuuluvat erilaisiin *episteemisiin* järjestyksiin (*Faidros* 249c). Ideaalisen tiedon mieleenpalauttamisessa on kyse tietämisen kyvyn aktualisoitumisesta. Suurinta tietämättömyyttä on se, että luulee tietävänsä vaikka ei tiedä, sillä virheelliset ennakkokäsitykset estävät sielua käyttämästä hyödykseen sille tarjottuja opetuksia. Harhaluuloista vapautuminen on mahdollista ainoastaan dialogissa itsensä ja/tai muun maailman kanssa. (Pitkänen 1994, 68–69; Klemola 2004.)

Kehona otamme vastaan monia sellaisia kokemuksia, jotka jäävät tiedostamattomiksi. Jokaisen ihohuokosemme ja elävän solun kautta saamme koko ajan palautetta todellisuudesta. Mutta me suodatamme asioista kaiken aikaa (de Mello 2009, 116). Ajattelevan mielen kapasiteetti on yksinkertaisesti liian pieni, jotta se pystyisi kaikkea tätä käsittelemään (ks. Lakoff & Johnson 1999) – mutta osa tiedostamattomaksi

jäävästä, johtuu pääasiallisesti siitä, että elämme koko ajan mielen maailmassa, ”päässämme”. Tällöin emme ole kokonaisuutena – ja osana suurempaa kokonaisuutta – läsnä *tässä ja nyt*.

Usein myös menneisyyden kipeiden kokemusten takia tai kulttuuristen ehdollistumien vuoksi mieli pyrkii välttämään osan ärsykkeistä, jotka tietoisesti koettuina saattaisivat avartaa maailmankuvaamme. Ihan samalla tavalla kuin matkailu avartaa, niin myös tietoinen läsnäolo omassa kehossa avartaa – ei tarvitse välttämättä matkata mihinkään. Nimenomaan mieli pyrkii koko ajan matkaamaan pois nykyhetkestä – tietoisuustaitojen avulla pyrimme olemaan läsnä nykyhetkessä. Itse asiassa, kehollisuutena kosketuksemme maailmaan on ensisijaisempi kuin ajattelevana mielenä – kehon kosketus maailmaan on välitön, ajattelevan mielen taas ei. Kokemuksellisesti tosi osoittautuu lähes jatkuvasti muuksi, kuin se mikä on toiveina ja kuvitelmina mielessä. (ks. esim. Klemola 2004; Tolle 2006.)

Persoonallinen *ego* on itseässään energeettinen entiteetti, joka haluaa säilyä hengissä eli jatkaa elämäänsä, kuten kaikki elämänmuodot. Tämä oikeastaan valheellinen *ego* katsoo olevansa – usein vihamielisen - maailmankaikkeuden irrallinen osanen, ilman todellista sisäistä yhteyttä kokonaisuuteen eli *Kosmokseen* kaikkeudessaan ja Ykseydessään. Ja näin ollen ilman yhteyttä toisiin eläviin olentoihin, ympärillään muita kilpailevia *egoja*, joita se joko pitää mahdollisena uhkana itselleen tai joita se pyrkii käyttämään hyväkseen omien tavoitteidensa saavuttamisessa. Persoonallisen *egon* perustoimintamallien tehtävänä on nujertaa sen oma syvään juurtunut pelko ja vajavuuden tunto; ja niihin kuuluvat vastustaminen, valta, voima, ahneus, puolustautuminen ja hyökkääminen. Jotkin tämän pinnallisen *egon* taktiikoista ovat erittäin nokkelia, mutta ne eivät kuitenkaan koskaan todella ratkaise ongelmia, koska tämä *ego* itsessään *on se* ongelma. (ks. esim. Tolle 2005.)

Kaikkien länsimaisten idealistien ja itämaisten mystikoiden yksi kantava teema on aina ollut, että ilmentynyt, rajallinen ja katoavainen maailma – jota ihmisessä edustaa empiirinen *ego* - on jotenkin puutteellinen ja samaan aikaan itsessään ristiriitainen. Analyyttisen filosofian ja psykologian parissa, on herättänyt hämmennystä – ja jopa ärsytystä, että mitä sillä voidaan tarkoittaa – tai mitä se edes voisi tarkoittaa. Mutta nämä lausunnot ovat alkujaan tulleet mystikoilta, jotka ovat ”maistaneet” - tietoisina



säilyen – *ikuisuutta*. **Ikuista nykyhetkeä**. Tällöin empiirinen maailmamme tuntuu siihen verrattuna valjulta, epätäydeltä, epävarmalta, häilyväiseltä... ja varjomaiselta. (Wilber 2000a, 527.)

”*Millainen on yhden käden taputuksen ääni?*” tai ”*Mitkä ovat todelliset kasvosi ennen kuin vanhempasi syntyivät?*” ovat esimerkkejä *zen-koan*’ista *rinzai*-perinteessä. Kyseessä on siis kulloinkin eräänlainen kryptinen ajatelma tai runollinen arvoitus – joka kuulostaa äkkiseltään irrationaaliselta ja paradoksaaliselta - jonka avulla pyritään saamaan oivallus aikaiseksi johonkin inhimilliseen eksistenssiin liittyvään periaatteen suhteen. Oppilaan harjoitettua ehkä noin vuoden pelkkää hengityksen tarkkaamista, saattaa zen-opettaja antaa ensimmäisen *koanin*, jolla pyritään pääsemään rationaaliseen ajattelun ”tuolle puolen”. Istuvalla zen-harjoituksella luodaan ensin pohja, jossa on vain oleminen kehossa ja mahdollisesti tyhjä mieli. Ensimmäinen annetaan nk. *kensho-koan*, jonka tarkoituksena on tuottaa oppilaassa ensimmäinen jonkinasteinen herääminen todellisuuteen. (Klemola 2004, 253–255; ks. myös Shibayama 1974.)

Voisi sanoa, että ei-dualistiset perinteet eivät niinkään pyri saamaan aikaan tätä ”jakamattoman todellisuuden tilaa sellaisenaan”, sillä se on mahdotonta; *koska* SE ON kaiken aikaa. Toisin sanoin ilmaistuna, ei ole vaikea päästä tähän tilaan, koska sitä on itse asiassa mahdoton välttää – mutta mieleemme luo dualismin harhan. Näin on aina ollut. Mutta siitä tietoiseksi tuleminen vaatii yleensä runsaasti pohjustustyötä – jotta tuo oivallus voi saada pysyvämmän luonteen ihmisessä. Hetkellisesti sen voi oivaltaa, kuka vain, milloin vain, missä vain. (Wilber 2009, 335; ks. Klemola 2004, 42–75; Tolle 2006; ks. myös opettajan merkityksestä *VII Kirje*.)

Tarvitsemme fyysisesti kaksi kättä taputtaaksemme – ja vastaavanlainen on myös tavanomaisen dualistisen kokemuksemme rakenne eli tarvitaan ”subjekti täällä” ja ”objekti tuolla”. Subjekti ja objekti ovat siis kokemuksemme ”kaksi kättä” - *Kosmoksen* ylävasen ja yläoikea (ks. liite 1). Tarvitsemme kokeaksemme jotain ulkopuolisen kohteen, joka törmää kokijaan. Täten voisi sanoa, että tavanomainen minuuus on murjottu minuuus - maailmankaikkeuden murjoma minuuus. Tavallinen minuuus on täynnä ruhjeita ja arpia, jotka ovat syntyneet *Kosmoksen* kahden käden hakatessa yhteen. Eli kärsimys syntyy tuosta subjektin ja objektin välisestä subjektiivisesti koetusta kuilusta. Ei-dualistisella tasolla – tai hetkellisesti koetussa väliaikaisessa ei-dualistisessa

oivalluksen tilassa - ei kuitenkaan ole kahta erillistä kättä. Yhtäkkiä ei enää koeta kokemuksia, vaan ollaan *Itse* jokainen kokemus. (Wilber 2009, 332–333; Klemola 2004, 60–61; Tolle 2006.)

Tästä voi, siis hetkellisesti, saada tuntemuksia jo kausaalista alemmilla tietoisuuden tasoilla, jos pyrkii tietoisesti samaistumaan tuohon Tarkkailijaan eli transedenttiseen *egoon* – tai näin voi käydä myös ”vahingossa” virtauskokemukseen päädyttäessä. *Kosmoksen* kaksi puolta ovatkin vain näennäisesti ”kaksi”, mutta pohjimmiltaan Yhtä ja samaa. Tällöin ei-dualistinen ”yksilö” on Tyhjiys ja sitä kautta koko *Kosmoksen* täyttämä eli samanaikaisesti täynnä ja tyydytetty. Näin tapahtuu vapautuminen Kaikkeuteen. Mutta tämä vapautuminen ei sanan varsinaisessa merkityksessä ratkaise tämän dualistisen maailmamme filosofisia tai käytännöllisiä ongelmia – jotka ovat yleensä suhteellisia - mutta se purkaa ne ei-dualistisesta katsantokannasta käsin ei-enää-ihan-niin-älyttömän-tärkeiksi. Asiat eivät enää ole ajattelevan mielen tai tunne-elämän ongelmia; ne vain OVAT *sellaisenaan*... jotain johon voi reagoida tai olla reagoimatta.

Unohtamatta, että ”on hyvä tietää, minne olet menossa tai ainakin suunta, minne olet matkalla. Mutta älä unohda, että ainoa asia, mikä matkallasi viime kädessä on todellista, on askel, jota olet ottamassa tällä hetkellä. Se on ainoa asia, mitä milloinkaan on.” (Tolle 2007.)

## 5.2 Läsnaolon voima

*“Kaikki ihmiskunnan kärsimys johtuu subjektin ja objektin välisestä kuilusta.”*

- J. Krishnamurti -

Länsimainen filosofia koki 1600-luvulla luonnontieteellisten harppausten myötä "epistemologisen käänteen", jolloin maailmaa alettiin enenevässä määrin tutkia vain ajattelevalla mielellä – jolloin eri tieteenalat yhä voimakkaammin erikoistuivat ja eriytyivät filosofiasta - käyttäen tietysti usein empiirisiä kokeita. Mutta Platonille tietynlaisen tiedon pahin vihollinen oli nimenomaan intohimojen värittämä mielikuvitus eli toisin sanoen ajatteleva mieli ja tunteet yhdessä. Me emme näe todellisuuden luonnetta sellaisenaan, koska intohimot ja pelot vääristävät näkemäämme niin, että näemme usein vain sen mitä haluamme nähdä. (Reeve 1988, 115.) Tätä asioiden tilaa voi pyrkiä parantamaan *läsnaolon* voimalla.

Platonin (*Faidros* 245c–e) mukaan sielu panee itse itsensä liikkeelle – näin ollen ihminen on viime kädessä itse vastuussaa teoistaan - samanlaista todistelua esiintyi myös myöhemmissä teoksissa (ks. *Timaios*; *Lait*), mikä viittaa siihen, että Platonin suhtautui asiaan vakavasti – mutta Tollen (2006) mukaan ihmistä voi pitää todella vastuullisena vain kun hän tietoisesti läsnä. Platon vertaa sielua siivekkääseen parivaljakkoon ja ajomieheen. Tässä kolmijaossa ajomies vastaa sielun järkiosaa ja kaksi keskenään erilaista hevosta sielun kahta alempaa osapuolta, jotka tempovat järkeä eri suuntiin (*Valtio*, *Kirja* IV). Tollen (2006) mukaan se ”järki” tulee tähän maailmaan nimenomaan tietoisien läsnaolon kautta.

Itämaisessa filosofiassa puhutaan usein ns. ihmisen luonnollisesta tilasta – jolla ei tarkoiteta luolamieselämää. Platon tuo myös useinkin esille, että sielun luonnollinen tila on nimenomaan ”kosmiseksi lennoksi” kutsuttu tila (Thesleff 1989, 237–238). Thesleffin (1989, 238) mukaan monet seikat viittaavat siihen, että Platon oli tutustunut

itämaisiin kosmologisiin käsityksiin. Mutta näkemykseni mukaan hän on saattanut päätyä, tämän päivän lukijasta, itämaisilta näyttäviin käsityksiin myös toista tietä, kuin lukemalla – nimittäin henkilökohtaisen kontemplaation kautta. Kristinusko pyyhkäisi paljon kontemplatiivisia oivalluksia Euroopan kartalta keskiajalla. Koska maailma on ”pientyessä” teknologian avulla, olemme saaneet tutustua vastaaviin käsityksiin uudestaan vasta 1900-luvulla itämaista tulleiden oppien kautta. Intialainen ja kiinalainen filosofia saivat merkittävimmät ”tiiliskivensä kivijalkaansa” samoihin aikoihin, kuin eurooppalainenkin filosofia eli antiikin aikaan; mutta idässä nuo opit säilyivät elinvoimaisempina katkeamattomien kontemplatiivisten traditioiden kautta. (ks. esim. Broo 2010; Wilber 2009; Klemola 2004.)

Myös lännessä on aina tehty meditatiivisia harjoituksia, mutta täällä ne ovat antiikin jälkeen jääneet marginaaliin - kunnes 1900-luvulla alkoi idästä tulemaan sekä länsimaisten matkailijoiden että itämaisten vierailijoiden mukana erilaisia jooga- ja meditaatioharjoituksia (Klemola 2004, 17–41). Ja niiden suosio on vain kasvanut kasvamistaan jatkuvasti näihin päiviin asti – ja kasvu näyttää yhä olevan käynnissä. Meditatiivisten harjoitusten ytimenä on läsnä olevan hetken veitsenterällä kulkeminen. On siis oltava niin kertakaikkisen täydellisesti läsnä, ettei yksikään ongelma, ei mikään kärsimys - ei mikään, mikä ei ole sisin olemuksesi - voi pesiä sinuun. Kun jatkuva psykologinen ”ajan mittaaminen” on poissa, kaikki yksilön ongelmat häviävät *läsnä olevassa hetkessä*. Eräällä tavalla mentaalinen kärsimys edellyttää ajan olemassaoloa – ja suurin osa kärsimyksistämme liittyy jatkuvaan haluun olla jossain muualla kuin läsnäolevassa. Tämänkaltaisen kärsimyksen ei voi elää läsnäolevassa hetkessä. (Tolle 2006, 63.)

*“Mitä on siis aika? Minä luulen sen tietäväni, jos ei kukaan sitä minulta kysele. Mutta jos joku sitä kysyy ja tahtoisin sen selittää hänelle, minä en sitä tiedä. Katson kuitenkin varmasti sen tietäväni.”* (Augustinus 2003, 14.)

Saarisen (1985, 93) sanoin voisi väittää, että tästä paradoksista koko filosofiassa on kyse. Miksi maailmaa ei luotu ennen kuin se materialisoitui? Koska itse aika luotiin samalla kuin aika – aikaa on vain maailmassa – tai ihmisten ajattelevissa mielissä. Hyvän ideaa tai Maailmansielua – tai ihmissielua - ei voi ajalla mitata. Maailmansielussa eli Makrokosmoksen tajunnassa kokonaisuudessaan ei ole mitään ”aikaisempaa” tai ”myöhempää”; ainoastaan jatkuva ja ikuinen ”nykyisyys”. (Saarinen

1985, 94.) Useimmat ihmiset eivät koe nykyhetkeä – läsnäoloa parasta aikaa – lainkaan tai kokevat sen vain satunnaisesti lyhyen hetken ajan panematta merkille, mistä oli kysymys? Suurimmalla osalla ihmisiä vuorottelua ei tapahdu tietoisuuden ja tiedostamattomuuden välillä vaan *tiedostamattomuuden eri tasojen välillä*. (Tolle 2006, 81.)

Tollen (2006) mukaan on muutettava vanha ja opittu, läsnäolevan hetken kieltävä ja sitä vastustava suhtautumistapa:

*”Irrota huomio aina menneestä ja tulevasta silloin, kun niitä ei tarvita. Pysyttele arkipäivän elämässäsi mahdollisimman paljon poissa ajan ulottuvuudesta. Jos sinun on vaikea päästä suoraan läsnä olevaan hetkeen, aloita tarkkailemalla mieleesi piintynyttä taipumusta paeta läsnäoloa. Tulet huomaamaan, että kuvittelet usein tulevaisuuden tätä hetkeä paremmaksi tai huonommaksi. Mikäli tulevaisuuden kuvitelma on parempi, se herättää toivoa tai miellyttävää odotusta. Mikäli se on huonompi, se synnyttää pelkoa. Kumpikin on pelkkää kuvittelua. Itsetarkkailu tuo elämään automaattisesti lisää läsnäoloa.”* (Tolle 2006, 65.)

Tolle (2006) puhuu paljon ”Olemisesta”; hän käyttää sanaa ”Oleminen” myös korkeamman voiman synonyymina, koska tuo sana on vapaa perinteistä – ja niiden välisistä näkemyseroista. Oma olemassaoloa on todisteltu monella tavalla: *Ajattelen, siis olen olemassa. Epäilen, siis olen olemassa. Tunnen, siis olen olemassa. Havainnoin, siis olen olemassa. Liikun, siis olen olemassa. Tarkkailen, siis olen olemassa.* Siis, olen olemassa. Oleminen on *a priori*. Ja tietoinen oleminen läsnä omassa kehossaan on täysillä elämistä - sanan varsinaisessa merkityksessä – juurtuneena omaan varsinaiseen minuuteen.

Heti tullessasi tietoiseksi, ettet ole läsnä, olet läsnä – ainakin hieman enemmän. Milloin tahansa pystyt tarkkailemaan mieltäsi, et ole enää sen ansassa. Uusi tekijä on tullut mukaan, jotakin ajattelevaan mielen kuulumatonta: läsnä oleva silminnäkijä – Tarkkailja, Todistaja, Puhdas Tietoisuus, Itse Tajunta, Transedenttinen *ego*. (ks. Tolle 2006; Marion 2000.) Platonin mukaankin aika luotu *ikuisuuden esikuvaa* noudattaen – ajan *ideaa* ei siis ole! Vain nykyhetki on ikuinen eli ikuisuus tarkoittaa alati läsnäolevaa nykyhetkeä, jota elämme *parasta aikaa*. (Thesleff 1989, 325; ks. *Sofisti*). Myös Plotinos puhui varsin suorin sanoin tästä näennäisen yksinkertaisesta metodista eli tietoisesta läsnäolosta. Hänenkin mukaansa meidän on herätettävä tämä kyky, joka meillä kaikilla

on, mutta jota hyvin harva käyttää. (Hadot 1993, 30.)

Juuri tämän takia monet nauttivat suunnattomasti vaarallisista toiminnoista, kuten esimerkiksi extreme-lajit tai tietokonepelit, jotka virtuaalisesti luovat vauhtia ja vaarallisia tilanteita – ja ne tekevät helposti harrastajansa suorastaan riippuvaisiksi. Koska ne pakottavat heidät tiedostamattaan läsnäolevaan hetkeen, tuohon äärimmäisen vireään, ajattomaan tilaan, jossa ei ole ongelmia, ei ajattelua, ei persoonallisuuden taakkaa – vain virtauskokemus. Extreme-lain parissa jopa puolen sekunnin lipsahdus tuosta tilasta saattaisi merkitä kuolemaa. Valitettavasti monet, siis, joutuvat riippuvaisiksi tietystä toiminnasta tuon tilan saavuttaakseen. Mutta kenenkään ei välttämättä tarvitse kiivetä Himalajan rinnettä, vaan täydellisen läsnäolon voi tavoittaa milloin tahansa, missä tahansa – mutta silti ainoastaan **tässä ja nyt!** (Tolle 2006, 62; ks. Csikszentmihalyi 1993.)

Yksi syy, siihen, että meidän on niin vaikea kokea elämää virtaavana nykyhetkenä löytyy kultturistamme. Ei siis niin, että ihminen olisi viallinen olento tai sairas, mutta moderni kulttuurimme joiltain osin on – eli kulttuurimme tekee tietoisuustaidot haastaviksi. Teknologian ympäröiminä meihin on juurrutettu usko siihen, että olemme erillämme ympäristöstämme. Kuvittelemme, että meidän on määrä hallita ympäristöämme ja – varsinkin länsimaissa – meidät kasvatetaan olemaan erillisiä yksilöitä tuossa ympäristössä. Tällainen aiheuttaa sen, ettemme enää pystykään aistimaan todellista yhteyttämme ympäristöön. Mutta jos muutamme asennettamme tässä asiassa, niin emme voi mitenkään kuvata itseämme ympäristöstä erillisinä. (Dyer 2002, 53.)

Moderni fysiikkakin tarjoaa tälle näkemykselle vahvistusta, sillä molekyyllitasolla on mahdoton vetää selkeää rajaa minkään kahden asian välillä. Vasta, itse asiassa, hyvin karkella tasolla voimme puhua erillisistä objekteista, mutta tarkasti ottaen, nuo eri objektien rajat ovat oikeasti vain likiarvoja. (ks. esim. Greene 2005.) Tämän takia psykologian tohtori ja henkisen kasvun opettaja Wayne W. Dyer (2002, 53) neuvookin: *”Miellä tästedes itsesi 'ympäristöorganismiksi'. Tämä tarkoittaa sitä, että sinun ja ympäristösi välillä ei ole mitään eroa. Sinä olet ympäristösi, ja ympäristösi on sinä.”* Mikrokosmos makrokosmoksessa.

*”Ole läsnä ja tarkkaile mieltäsi – ajatuksiasi ja emootioitasi samoin kuin reaktioitasi eri tilanteissa. Ole ainakin yhtä kiinnostunut omista reaktioistasi kuin tilanteesta tai henkilöstä, joka saa sinut reagoimaan. Pane merkille, miten usein tarkkaavaisuutesi on suuntautunut menneeseen tai tulevaan. Älä arvioi tai erittele tarkkailun kohdetta. Katsele ajatusta, koe emootio, huomioi reaktio. Älä tee niistä henkilökohtaista ongelmaa. Tulet kokemaan joitakin havaintojesi kohteita paljon vaikuttavampaa. Koet mielesi sisällön takana seesteisen, tarkkailevan olemuksen, itse tyynen silminnäkijän.”* (Tolle 2006, 65.)

Platoniseen perinteeseen yhteyden vetääksemme; ihan samoin, läsnäolon kokemuksessa on myös Plotinoksen filosofian syvin olemus. Läsnäolo on yhtä kuin Elämän kokeminen yhtenä virtauksena sellaisenaan on yhtä kuin Hetkeen Tarttuminen hetken sisältä käsin. Plotinokselle elämä on kontemplaatiota, konkreettista yksinkertaisuutta, ja läsnäoloa. Ja siitä seuraa, että elämä on ylevää. Elämän ylevyys on nähtävissä esimerkiksi liikkeessä, joka on vaivaton ja rento; hymyssä, joka on pakoton; kahden ihmisen kohtaamisessa, jossa Minä Olen ja Sinä Olet. (Hadot 1993, 46–50; ks. esim. Buber 1999.)

Yksi tehokkaimpia ja helpoimpia tapoja lisätä läsnäoloa löytyy tosiaan empiirisestä *egosta* eli oma keho. Oman kehon tuntemusten yksinkertainen tiedostaminen ja tarkkailu minä hyvänsä hetkenä, missä hyvää toiminnassa tai tilassa tuo automaattisesti mukanaan länsäoloa. Tai oman hengityksen tarkkailu; sen seuraaminen kuinka hengitys virtaa sisään ja ulos – ja onko sisään- ja uloshengityksen välissä taukoja. Hengitystään voi myös tietoisesti rauhoittaa; ja seurata minkälaiset tilanteet kiihdyttävät hengitystä tai katkaisevat hengityksen kokonaan. Ja näin voi itseään testata, että pystyykö hengitystään säätelemällä säätelemään myös esimerkiksi mielen kiihtymistä. Ja samalla, kun rauhoittaa hengitystään tulee edesauttanneeksi omaa terveydentilaansa. (Tolle 2007; Coulter 2007, 67–138; Klemola 2004, 42-185.)

Suomen kielen sana ”hengitys” saattaa alkujaankin viitata nimenomaan käsitykseen *Hengestä*, joka on kehon tärkeimmän elintoiminnon takana. Näin on myös monissa idän kielissä; Kiinassa ja Intiassa viitataan samalla sanalla sekä vitaaliin energiaan että hengitykseen (*qi* ja *prana*). (Klemola 2004, 270.) Japanissa puolestaan vastaava sana eli *ki* viittaa myös ihmisen vointiin, eli ihmisellä on joko hyvä *ki* tai huono *ki* – tai jotain siltä väliltä (emt. 207-210). Ei siis ole sattumaa, että monissa kontemplatiivissa

perinteissä tietoinen hengitys on ydinharjoitus – sillä hengitys yhdistää filosofian elämään, teoreettisen käytännölliseen, sielun ruumiiseen (emt. 270). Tietoinen hengitys on kirjaimellisesti sekä kehon että hengen harjoitus – joka itsessään sisäänrakennetusti sisältää ei-dualismin. Kun tietoisella hengityksellä mielen assosiaatiiovirta tyhjenee, syntyy kokemus kontemplatiivisesta kehosta – jossa voi tuntea kehon olevan henkeä, hengen kehoa. (emt. 259.)

Mitä vahvemmin on samaistunut omiin mielipiteisiinsä – tyyliin ”*pidän tästä, en pidä tuosta*” - sitä vahvempi emotionaalinen lataus ajattelulla on (Tolle 2007, 28–29). Ja emotionin voi aina tuntea myös kehossaan – emotiot ja niiden tukahduttaminen sisältävät aina kirjaimellisesti lihastyötä (Coulter 2007). Usein emotio on nimenomaan kehon reaktio mielen ajatuksiin. Ja tunteiden tukahduttaminen on puolestaan sosiaalisten ehdollistumien – eli *superegon* – ylivaltaa ihmisessä. Kuten de Mello (2009, 41) on sanonut, niin usein ihmisten vanhemmat ovat ihmisessä läsnä – *superegon* muodossa - mutta tämä ko. yksilö itse ei ole.

Jos ei pysty tietoisesti tuntemaan - tai tunnustamaan itselleen - omia tunteitaan ja tuntemuksiaan, niin ne ilmaantuvat ennen pitkää psykosomaattisina oireina. Jos on vaikeuksia konkreettisesti tuntea omia tunteitaan kehossaan, niin voi aloittaa itsensä työstämisen kiinnittämällä tarkkaavaisuus oman kehon sisäiseen olotilaan, tuntemuksiin, aistimuksiin. Ja kokonaisuutena kehon kokonvaisvaltaiseen energiakenttään – kehon voi tosiaanakin tuntea eräänlaisena energiakenttänä. Jos todella haluaa oppia tuntemaan omaa mieltään, niin keho antaa siitä aina todenmukaisen heijastuksen; joten *katso tarkkailijana omaa tunnettasi ja tunne se kehossasi*. Jos tunteen ja ajatuksen välillä on ristiriita; niin mielen ajatus valehtelee ja kehon tunne kertoo totuuden. Se ei ole absoluuttinen totuus ko. yksilöstä, mutta se on suhteellinen totuus yksilön mieli/keho-konstruktion sen hetkisestä tilasta. (Tolle 2005, 131–134; Klemola 2004, 49; ks. myös Assagioli 2006b.)

Tätä tietoista kehollista olotilaa voisi nimittää suoraksi tajuamiseksi – ja tällaisen tajuamisen kautta tajunta voi laajentua ja tietoisuuden taso nousta. Se ei ole mielen ”tietämistä”, koska siihen ei välttämättä liity käsitteellistämisen tarvetta; eikä se myöskään ole pelkkää ”olemista”, koska sitä tekevät kaikki olevat olennot - riippumatta tietoisuuden tai itsetajuisuuden tasosta. Tajuaminen on siis, joko aktiivista tai



passiivista, kehollista läsnäoloa maailmassa. Passiivinen läsnäolo ilmenee psykosomaattisina vaivoina: ne ovat kehon reaktioita siihen välinpitämättömyyteen tai suoranaiseen kaltoin kohteluun, jota ajattelevaan mieleen liikaa samaistunut henkilö fyysistä organismiaan kohtaan usein harjoittaa. Täten ollen, keho tajuaa mieltä suoremmin ja *totuudellisemmin*, onko kosketus maailmaan ihmiselle hyväksi, vai ei? (Varto 1993, 108–110; Klemola 2004, 207-210.)

*”Tietoisuus on valmiiksi tietoinen. Se on ilmentymätön ja ikuinen.”* (Tolle 2007, 246.) Elävissä olennoissa *tietoisuus* ottaa muodon. Se menettää *tietoisuuden Itsestään* ja samaistuu - ikään kuin, eksyy - muotoon. Tietynlainen biosfäärin oma äly kuitenkin säilyy - aina. Kasveilla on oma älynsä, jonka mukaan ne elävät läpi vuodenaikojen. Eläimissä on kasveja korkeampi tietoisuus ja jotkut eläinlajit ovat jopa itsetajuisia (ks. Viitala 2003) - niillä on lajille yhteinen ryhmäsielu, tai korkeammalla tasolla heimosielu, tai jopa yksilösielu, kuten luultavasti on ainakin apinoiden laita (Marion 2000). Mutta *tietoisuus* niissä on ihmistä alhaisemmalla tasolla – mutta sekin voi yhä kehittyä evoluution mukana eläinlajien kehittyessä.

Siis,

*”löydä se 'ahdas portti, joka johtaa elämään'. Sitä nimitetään läsnä olevaksi hetkeksi. Supista elämäsi tähän hetkeen. Tarkkaile hengityksesi rytmiä. Elämäntilanteesi saattaa olla ongelmia täynnä, suurin osa elämäntilanteista on. Mutta yritä ratkaista, onko sinulla tällä hetkellä ongelmia. Ei huomenna tai 10 minuutin kuluttua, vaan nyt! Onko sinulla nyt jokin ongelma?”* (Tolle 2006, 73.)

Tolle (2006) kyllä suosittelee käyttämään ”kellon aikaa” arkiaskareissa ja asioiden hoitamisessa. Mutta pyrkien säilyttämään kaiken aikaa tietoisuuden tästä hetkestä. Näin emme kasaa ”psykologista aikaa”, joka merkitsee menneeseen samastumista ja jatkuvaa pakonomaista tulevaisuuden suunnittelua. (Tolle 2006, 66–67.)

Ja Tolle (2006) jatkaa:

*”Ellet pysty olemaan läsnä nykyhetkessä edes tavallisissa olosuhteissa – istuessasi yksin huoneessa, kävellessäsi metsässä tai kuunnelllessasi toista ihmistä – et varmastikaan kykene pysymään tietoisena, kun jokin 'menee vikaan' tai joudut kohtaamaan vaikeita ihmisiä tai tilanteita, kun menetät tai olet menettämäisilläsi jotain. Silloin syntyy sinua hallitseva reaktio, joka on perimmiltään aina jonkinlaista syvälle tiedostamattomaan työnnettyä pelkoa.”* (Tolle 2006, 82–83.)

Nuo haasteet ovat kyllä koettelemuksia - eli kokeita, testejä - että missä määrin ja kuinka laadukkaasti pystyy säilyttämään oman minuutensa, oman olemisensa keskuksen alati läsnäolevassa transedenttisessä *egossa*, alati muuttuvan empiirisen *egon* sijaan. (Tolle 2006.)

Täten, oma keho, hengitys ja tietoinen läsnäolo nykyhetkessä tarjoavat ”ovia” tietoisuuden portailla ylöspäin. Entä mitä muita ovia on olemassa? *Ilmentymätön/Tyhjyys* ei ole erillään ilmömaailmasta. Se täyttää koko tämän maailman, mutta se on niin hyvin naamioitunut, että se jää melkein kaikkien tavoittamattomiin. Jokaisena ainutlaatuisena hetkenä avautuu uusi mahdollisuuksien ovi. Jokainen hetki on uusi mahdollisuus.

*”Etsikää sitä siitä hiljaisuudesta, josta äänet nousevat ja johon ne jälleen palaavat. Kiinnittäkää enemmän huomiota hiljaisuuteen kuin ääniin. Huomion kiinnittäminen ulkoiseen hiljaisuuteen synnyttää sisäistä hiljaisuutta: mieli vaikenee. Ovi avautuu...Ulkoisen hiljaisuus, sisäinen hiljaisuus. Olet saapunut Ilmentymättömään.”* (Tolle 2006, 138.)

Modernin teknologian täyttämän maailman asukkailla on melkoisia vaikeuksia pysyä hiljaisuudessa. Me täytämme hetket musiikilla, keskustelulla, radiolla tai televisiolla – millä hyvänsä, mikä vain tekee hiljaisuudesta lopun. Me elämme melun täyttämässä kulttuurissa. (Dyer 2002, 116.)

Yhtä vähän kuin voi olla ääntä ilman hiljaisuutta, yhtä vähän voi olla mitään ilman *ei-mitään*-tilaa - ilman tyhjää avaruutta - joka antaa mahdollisuuden olemassa olevan olla. Kaikki esineet ja olennot ovat tulleet Tyhjyydestä, ovat Tyhjyyden ympäröimiä, ja palaavat lopulta Tyhjiyteen. Eikä ainoastaan näin, vaan jokaisessa aineellisessa koostumassa on paljon enemmän ”ei mitään” kuin ”jotakin”. Fyysikot toteavat, että aineen kiinteys on harha-aistimus. Kiinteältä vaikuttava aine – keho mukaan lukien – on melkein sataprosenttisesti tyhjiyttä, niin valtavat ovat atomien väliset matkat niiden kokoon verrattuina. Ja myös atomien sisällä on melkein pelkkää tyhjiyttä. Jäljellä oleva muistuttaa enemmän värähtelytaajuuksia, sointuvia säveliä, kuin kiinteän aineen hiukkasia. Tunnetussa buddhalaisessa ”Sydänsutrassa” sanotaankin: *”Muoto on tyhjiyttä, tyhjyys on muotoa”*. (Tolle 2006, 139; ks. Green 2005; Capra 1983.) Eli kuten joku tuntematon suuruus on sanonut: *”Jumalan kieli on hiljaisuus – kaikki muu on huonoa käännöstä.”*

Ja antaaksemme erilaisia vaihtoehtoja listatkaamme vielä pari ”ovea”:

*”Kiinnittäkää huomio ”ei-mihinkään”. Kun teet näin, tietoisuudessasi tapahtuu muutos... Ulkoisia, avaruudessa esiintyviä kohteita, kuten huonekaluja ja seiniä, vastaavat mielen sisäiset kohteet: ajatukset, emootiot ja aistikohteet. Avaruuden sisäinen vastine on tietoisuus, joka mahdollistaa mielen kohteiden olemassaolon, aivan kuten avaruus mahdollistaa kaikkien kohteiden olemassaolon... Kun tulet tietoiseksi tyhjästä tilasta, avaruudesta ympärilläsi, tulet samanaikaisesti tietoiseksi ei-mielen avaruudesta, puhtaasta tietoisuudesta: Ilmentymättömästä.” (Tolle 2006, 140–141.)*

Tollen (2006, 143) toteamus, että *”se minkä mielemme ja aistimme havaitsevat maailmankaikkeutemme avaruutena, on itse Ilmentymätön ilmenneenä”*; tuo mieleeni nykyfyysikoiden ns. pimeän materian, antimaterian etsinnän.

Ja vielä yksi ovi tietoisuuden tasoilla eteenpäin – eli *Kosmoksen* ylävasemmassa ylöspäin (ks. liite 1): on mentaalinen antautuminen mykyhetken sellaisuudelle, eli että hyväksyy asiat sellaisena kuin ne ovat.

*”Kaikki minkä hyväksyt täydellisesti, johdattaa sinut sinne, vie sinut rauhaan. Tämä on antautumisen ihme. Olet ehkä kuullut sanonnan 'käännä toinenkin poski', jota suuri valaistumisen opettaja käytti 2000 vuotta sitten. Hän yritti ilmaista symbolisesti vastustamisesta ja reagoimisesta luopumisen salaisuuden... Kun hyväksytte sen mikä on, jokainen hetki on paras. Juuri tästä valaistumisesta on kyse.” (Tolle 2006, 190.)*

Vaikka puhuttu ja kirjoitettu kieli usein vääristelee ja typistää todellisuutta, niin kielestä löytyy monasti myös ”salattuja” viisauksia. Esimerkiksi suomen kielessä meillä on sanonta, että jotain tapahtuu *”parasta aikaa”* eli se tapahtuu juuri NYT. **Tämä hetki – NYT! - on parasta aikaa, koska se on ainoa aika mikä meillä aktuaalisesti on.** (Tai ehkä voisi sanoa, että ns. psykologinen aika on vastaavasti ”huonoa aikaa”.)

Äsken kuvatut menetelmät on tavattoman tehokkaita, mutta yksinkertaisia. Olisi mahdollista opettaa – ainakin osaa niistä - lapsillekin. Toisille toimii yksi keino paremmin ja toinen huonommin – tähän vaikuttaa varmasti se, että millä tavalla yksilö yleensäkin oppii parhaiten; kun nimittäin toiset ovat enemmän visuaalisia oppijoita, toiset auditiivisia, toiset kinesteettisiä jne. (ks. esim. Dryden & Vos 1996.) Tolle (2006) toivookin, että tällaisesta tulee jonain päivänä ensimmäisiä lasten koulussa oppimia asioita. *”Heti kun olet oivaltanut ja kokenut, miten olla läsnä sisäisten tapahtumien tarkkailijana, sinulla on käytössäsi mitä mahtavin muuttumisen väline” (Tolle 2006).*

### 5.2.1 Kärsimyksen jalostaminen

*"All spirituality is relieving suffering."*

- Siddharta Gautama alias Buddha -

Länsimaisen filosofian ”aamutuimaan” Platon antoi selkeitä ja tarkkanäköisiä ohjeita kärsimyksen jalostamiseksi:

*”...ja sureminen on vain esteenä sille minkä tällaisissa tilanteissa pitäisi tulla mahdollisimman pian meidän avuksemme.*

*- Mille siis?*

*- Sille että harkitsemme tapahtunutta. Meidän tulisi niin kuin noppapelissä järjestää asiamme sen mukaan miten arpa on langennut ja niin kuin järki sanoo olevan parasta. Onnettomuuteen jouduttuamme meidän ei pidä olla kuin lapset, jotka painavat kädellä kipeää kohtaa eivätkä lakkaa huutamasta, vaan meidän on jatkuvasti totutettava sieluamme siihen, että se mahdollisimman pian nostaa pystyyn loukkaantuneen, ryhtyy parantamaan vammoja ja vaimentaa valituksen potilasta lääkitsemällä.” (Valtio 604b-c.)*

Persoonalliset *egot*, jotka eivät saa riittävästi positiivista huomiota – tai toisin ilmaistuna persoonalliset *egot*, joilla ei ole riittävästi positiivisia keinoja ja syitä, joilla päteä - ”keksivät” muita tapoja, joilla tulla huomatuksi ja jättää ”merkkinsä” tähän maailmaan. Jos emme saa positiivista huomiota, haemme negatiivista; ja usein siitä tulee kaava - mielen malli - joka synnyttää ”vierivä lumipallo”-ilmiön. Tällöin saa alkunsa ns. kärsimyskeho (*pain body*) – tavallisesti jo varhaisessa lapsuudessa. (”Patologinen”-sanan alkuperä on kreikankielen *pathos*, joka tarkoittaa kärsimystä.) ”Kärsimykeho” on käsite, jonka Tolle (alunperin 1990-luvulla, ensimmäinen teos suom. 2006) on lanseerannut, ja joka voi toimia erittäin hyödyllisenä itsetutkiskelun välineenä. (Tolle 2005, 85–87.)

Kärsimyskeho on eräänlainen persoonallisen *egon* negatiivinen ilmentymä – sitä voisi kutsua myös kaiken kaikkiaan empiirisen *egon* ”varjoksi” - *patologiseksi* eli

sairaalloiseksi *egoksi*. Se(kin) on oma energieettinen entiteettinsä, joka sisältää kaiken kärsimyksen, jonka empiirinen *ego* on elämänsä aikana kokenut. Ja se uusintaa sekä vahvista itseään hakemalla lisää kärsimystä, yleensä saman kaltaista, jota se on aiemmin kokenut – jonka takia ihmiset usein hakeutuvat tai päätyvät samanlaisiin ongelmatilanteisiin aina uudestaan ja uudestaan. (Tolle 2005, 87–89.) Kärsimyskeholla Tolle tarkoittaa käsittääkseni paljolti samaa kuin yleisemmin käytetyllä käsitteellä ”ihmisen varjopuoli” (ks. esim. Jung 1985; Wilber 2009, 228-229).

Kärsimyskeho eli ”varjominä” sisältää siis muistumia kaikesta fyysisestä ja mentaalisesta kärsimyksestä, jota empiirinen *ego* on kokenut. Kärsimys ”asuu” havaintojen kohteena olevassa minässä eli empiirisessä *egossa* (de Mello 2009, 45). Kärsimyskeho ei siis hyödy millään tavalla positiivisista tunteista, kuten ilosta, inspiraatiosta, sisäisestä nautinnosta, innostuksesta. Sekin energieettisenä entiteettinä pyrkii säilymään hengissä; ja esimerkiksi pelkkä oman kärsimystarinan kertaaminen omassa mielessään tai ääneen muille kerrottuna vahvistaa sitä. (Tolle 2005, 87-89.)

Yleistäen voisi sanoa, että kutakuinkin kaikilla ihmisillä on kärsimyskeho. Ja se on kunakin hetkenä joko aktiivinen tai passiivinen. Joillakin ihmisillä se voi olla aktiivinen jopa kaiken aikaa, eli he elävät koko ajan kärsimyskehonsa kautta – luoden tällä tavalla kaiken aikaa lisää kärsimystä itselleen ja/tai muille. Mutta suurimmalla osalla ihmisistä se on aktiivinen vain osan ajasta, vaihtelevassa määrin. Kärsimyskeho voi ilmetä joko ”roiston” tai ”uhrin” roolissa – esimerkiksi koulukiusaaja tai -kiusatun rooleissa, molemmissa kärsimyskeho on aktiivinen, kun ongelma on akuutti. (Tolle 2005, 87–89.) Maehle (2006, 208) esittää hyvän vertauksen: kun lihas ei lakkaa jännittämästä, vaikka mitään aktiviteettia ei enää tarvita, kutsutaan sitä lihaskouristukseksi. Samalla tavoin voisi sanoa, että mieli on ”kouristustilassa” kaikilla ihmisillä, joilla mieli on koko ajan aktiivinen.

Niin, itse asiassa, aikenlaiset mielen projisoimat negatiiviset tunteet - kuten viha, suuttumus, ylemmyyden- tai alemmuudentunne, kärsimättömyys, ärtymys, tuomitseminen, syyttely, pelko, levottomuus, ahdistus, kireys, hermostuminen jne. - vahvistavat yleensäkin persoonallisen *egon* erillisyyden tunnetta ympäröivästä maailmasta ja muista ihmisistä. Mielen *projisoimisella* tässä tarkoitan sitä, että esimerkiksi pelko, silloin kun se johtuu siitä, että mieli ajattelee, jotain mennyttä tai

tulevaa; on mielen itsensä tuottamaa pelkoa. (Tolle 2005, 112–113.)

Kun taas sen vastakohtana: akuutti todellinen vaaratilanne tietysti vaatii välitöntä toimintaa; ja tilanteseen sopiva toiminta yleensä syntyy siinä tilanteessa spontaanisti, koska akuutti vaara tuo henkilön läsnäolevaksi tähän hetkeen. Mutta aina kun ihmisessä on vähänkin mielen synnyttämää negatiivisuutta – olkoon se vaikka vain ärtymystä arkiaskareiden lomassa, kun kaikki ei sujukaan ihan täydellisesti – niin osa ihmisestä eli kärsimyskeho nimenomaan haluaa ylläpitää sitä negatiivista tilaa, koska se saa siitä oman elinvoimansa ja jopa nautintonsa; ja sillä tavalla negatiivinen persoonallinen *ego* uskoo saavansa haluamansa. Tällöin istutetaan siemeniä - ja ravitaan niitä – luoden pohjaa fyysisille ja mentaalisille häiriöille. (Tolle 2005, 112–113.)

Traumoihin takertuminen selittyy myyttisellä käsityksellä, että meillä on oikeus täydelliseen, kivuttomaan lapsuuteen. Jos jokin aiheuttaa minulle tuskaa, käytän sitä helposti lopun elämääni. Kärsimyskeho saa voimansa esimerkiksi siitä, kun kerron kärsimystarinaani yhä uudelleen. Tällöin loukattu sisäinen lapsi saa vallan ja ohjailee yksilöä lopun elämää. Kun joku vastustaa, pettää luottamuksen tai vaikkapa vain on eri mieltä kanssasi, vanha vamma nostaa päätään. Voit aina valita sisäisen minäsi suhtautumistavan. Jos valitset syyllisyyden, pelon, huolen ja tuomitsemisen, ajatus kulkeutuu fysiologiselle tasolle. (Dyer 2002, 103–109.)

Toki traumoja joutuu työstämään, mutta sen on tehtävä viisaasti psykoterapian, vaihtoehtohoitojen ja tietoisuutaitojen avulla. De Mello (2009, 80) on osuvasti huomauttanut, että me usein rankaisemme itseämme kehittämällä kielteisiä tunteita itsessämme, jos joku muu ei käyttäydy, kuten tahdomme. Ehkä Seneca tarkoitti juuri tätä sanoessaan: *”Pahuus itse juo suurimman osan omasta myrkystänsä”*. Ihmisen ei todellakaan tarvitse olla mitenkään erityisen herkkä huomataksaan, kuinka erilaiseen tilaan negatiivisella ajattelulla ajaa itsensä, kuinka erilaisella energialla on latautunut - verrattuna positiivisiin ajatuksiin (Tolle 2005, 146). Tähän vielä de Mellon (2009, 91) sanat: *”Ette koskaan pyöri itsenne ympärillä niin paljon kuin ollessanne masentuneita. Ette ole koskaan niin valmiita unohtamaan itseänne kuin ollessanne onnellisia.”*

Emootio eli tunne on siis kehon reaktio ajatuksiin, mutta usein nuo ajatukset esiintyvät äänettöminä, tiedostamattomina oletuksina mielen pohjalla, jotka ovat syntyneet,

yksilönkehityksen varhaisessa vaiheessa. Tästä esimerkkinä luottamuksen puute sekä itseensä että muihin: ”*Minä en osaa... Ihmisiin ei voi luottaa...ymv.*” Nämä epätodet oletukset luovat erillisyyden ja huonouden tunnetta eli ne luovat jatkuvaa stressiä omasta mielestä käsin, joka puolestaan synnyttää ennen pitkää psykosomaattisia ongelmia. Ja erilaisista sairauksista, itse asiassa, tehdään yleensä merkittävä osa omaa identiteettiä - jolloin kärsimyskeho on vallassa. Eli *aina*, kun yksilö havaitsee itsessään negatiivisuutta tai samaistumista ”kärsivään minäänsä” eli tulee siitä tietoiseksi, hän luo lisää tietoista läsnäoloa itsessään ja muuntaa kärsimystä pikkuhiljaa laajemmaksi ja vapaammaksi tajunnaksi, korkeammaksi tietoisuudeksi, syvemmäksi itsetuntemukseksi – muuttaa siis ”varjoa valoksi”. (Tolle 2005, 134–137.)

Miellyttävät kokemukset tekevät elämästä riemullisen; mutta tuskalliset kokemukset tietoisesti kohdattuna johtavat henkiseen kasvuun. De Mello (2009, 90) kehottaa: ”*Katselkaa pettymystänne, kun asiat eivät suju haluamallanne tavalla... Kaikki kielteiset tunteet ovat tietoisuuden, ymmärtämisen, kannalta hyödyllisiä.*” Seneca on sanonut tähän sopivat – vaikkakin uskonnollisävytteiset – sanat: ”*Sano itsellesi aina silloin kun käy toisin kuin olet otaksunut: 'Jumalat ovat päättäneet asian paremmin.'*”

Me aistimme usein toisen ihmisen kärsimyskehon negatiivisen energian – vaikkakin yleensä tiedostamattomasti – mutta tämä negatiivinen energia vetää lisää negatiivista energiaa puoleensa. Tämän takia esimerkiksi koulukiusattu ja -kiusaaja vetävät helposti toisiaan puoleensa – ikävin seurauksin. Mutta tärkeintä on oppia havainnoimaan kärsimykehoa itsessään – eikä toisessa ihmisessä, koska silloin päädytään helposti vain toisen ihmisen arvosteluun, kun pitäisi työstää itseään. Ja on todellakin mahdollista oppia konkreettisesti havainnoimaan; kuinka itse luo ja ylläpitää kärsimystä itsessään. (Tolle 2005, 161–164.)

Minkäänlainen mielen negatiivisuus ei ole luontaisesti tai luonnonmukaisesti älykästä tai järkevää, koska se kirjaimellisesti on haitallista sekä fyysiselle organismillemme että mielelle itselleen. Kärsimykeho voi olla nokkela ”kehitellessään” keinoja vahvistaa itseään, mutta se ei ole älykäs tai viisas – se on psyykkinen loinen psykologisessa rakenteessamme, minäsystemissämme - minuudessamme. (Tolle 2005, 161–164.) Yksi tapa määritellä tämä empiirisessä *egossa* puoliautonominen kärsimys-energiakimppu, on kutsua sitä ihmisen kärsimystä kohtaan tuntemaksi riippuvuudeksi (Tolle 2005, 144

Kärsimyskeho saa siis alkunsa yksilössä jo syntymässä ihmiseksi tähän maailmaan. Meillä kaikilla osa ihmisyyttämme on ihmiskunnan kollektiivinen kärsimyskeho, jonka juuret ovat ihmiskunnan persoonallisen *egon* synnyn alkuhämärässä. Sen lisäksi, jo varhaisessa vaiheessa yksilöllinen kärsimyskeho alkaa kehittymään, koska lapsia käytännön sanelemana rajoitetaan halujen ja himojen suhteen – arkaaisia tietoisuuden tasoltaan kun ovat. Mutta toisaalta rajoittamisen vaihtoehto ei ole kovin hyvä; sillä turvattomuus, hylätyksi tuleminen ja rakkaudettomuus synnyttävät varmasti vielä raskaamman kärsimyskehon, jos lapsella ei ole riittävästi rajoja ja rakkautta. (Tolle 2005, 169–172.) Olen varma, että hyvänä päivänä, lähes kuka tahansa tavallinen ihminen, voisi kertoa jotain tästä asiasta ihan omasta kokemuksestaan eli kuinka esimerkiksi primitiivisiä haluja kontrolloidaan sosiaalisissa tilanteissa – ja yleensä hyvästä syystä.

Elämäntaipaleen avautuessa lapsessa alkaa tapahtumaan väistämättä myös ”mallioppimista”, ympäröivien energioiden imemistä itseensä ja leimautumista jo hyvinkin varhaisessa vaiheessa. Näin ollen, myös vanhempien kärsimyskeho tulee osin myös lasten taakaksi, eli osin kärsimyskeho periytyy – leimautumisen ja mallioppimisen kautta – ja täten lapset usein kohtaavat samankaltaisia ongelmia ja haasteita elämässään kuin vanhemmat. Ja mitä herkempi lapsi, sitä herkemmin häneen tarttuu vanhempien negatiivinen energia, vaikka se olisi tietoisesti peiteltyä tai tiedostamattomasti tukahdutettua. Jotta vanhemmat voivat auttaa lapsiaan kärsimyskehon kanssa, on vanhempien ensin kohdattava omansa – oppimalla *Tuntemaan Itseään* - ja autettava itseään eli saatettava ainakin alulle oma yksilöllinen itsekasvatusprosessinsa. Mutta onneksi lapsilla kärsimyskehot ovat yleensä lyheemmän ajan kerrallaan aktiivisia, koska lapset elävät spontaanisti enemmän *tässä hetkessä*. Ja kyky elää tässä hetkessä tuo mukanaan avoimuuden kaikelle uudelle ilman kaavoihin kangistumista, mitä sekä kärsimyskehoon samaistuminen, että sen kuormittaminen aina ovat. (Tolle 2005, 169–172; ks. myös Wilber 2009, 239-246.)

Kaiken kaikkiaan, on kuitenkin on tärkeä huomata, että ihminen jolla on kevyt kärsimyskeho ei ole välttämättä ”henkisesti kehittyneempi” - eikä siten välttämättä saavuta korkempia tietoisuuden tasoja - kuin ihminen joka elää hyvin raskaan



kärsimykeho kautta täysipäiväisesti. Usein se on nimenomaan päinvastoin. Käytännössä ihmisillä, jotka ovat kokeneet paljon kärsimystä on yksi lisäsy herätä henkisen hengellisesti – nimittäin, on se omakohtainen kärsimys... Kärsimys usein luo vastustamattoman muutostarpeen... Jossain vaiheessa kärsivä, elämänsä tyytymätön ihminen voi saavuttaa lakipisteen, jolloin ei yksinkertaisesti siedä enää - ja tällöin hän on *valmis* muuttumaan. Hänellä on valtava motivaatio muuttua. (ks. esim. Tolle 2006, 17–20; Assagioli 2006a.)

De Mello (2009, 123) toteaa, että on jopa suurenmoista, jos on kärsinyt - vain sillä tavoin on saanut tarpeekseen. Tollen (2005, 144) mukaan Kristuksen kärsivä hahmo ristillä on kiehtonut ihmisiä ja vetänyt puoleensa kansoja juuri ihmisten omassa sisäisessä todellisuudessa uinuvan ja toimivan kärsimyskehon takia. Jeesus-ristillä -hahmoa voikin pitää kärsimyskehon arkkityyppinä – ja Kristuksen tarina (ks. esim. Uusi Testamentti, Johanneksen evankeliumi) toki sisältää opetukset myös transformaatiosta ja transsendenssista – mutta ne on yleensä tulkittu maagis-myyttisesti. (ks. esim. Marion 2000, 251–260; ks. myös Dunderberg & Marjanen 2005.)

Kristinuskon keskeisimmän symboliikan lisäksi toinen länsimaisen kulttuurin merkittävä tekijä, joka on kärsimyskehojen vaikutusten tulosta on väkivalta- ja skandaali -viihde/uutisointi. Tolle (2005, 152) pyytää leikkimään ajatusleikkiä: JOS tulisit toiselta planeetalta; niin millä mielellä katsoisit kulttuurimme sitä osaa, jossa maksetaan rahaa, jotta saada nähdä kun ihmiset tappavat toisiaan – ja sitten sitä kutsutan ”viihteeksi”. Tollen mukaan nimenomaan kärsimyskehot nauttivat viihteestä ja uutisoinnista, joka on täynnä negatiivista energiaa. Ihmisessä aktivoituneet kärsimykehot siis luovat, tuottavat ja myyvät tämän osan kulttuuriamme - ja sen ostavat ihmisessä aktivoituneet kärsimyskehot. (Tolle 2005, 152–154.) Niin skandaali, väkivallan teko tai katastrofi myy enemmän lehtiä, kuin esimerkiksi tieto jostakin mielenkiintoisesta tieteellisestä tutkimuksesta (ks. esim. Ilta-Sanomat; Iltalehti, minä hyvänsä päivänä). Miksi on näin?

Tollen (2005, 154–157) mukaan naisilla on yleensä vahvempi kärsimyskeho kuin miehillä, koska he ovat luontaisesti enemmän yhteydessä kehoonsa (esim. kuukautiskierron takia). Naiset ovat yleensä myös paremmin yhteydessä tunteisiinsa ja he tuntevat herkemmin sympatiaa muita eläviä olentoja kohtaan. Miehet taas ovat

enemmän ajattelevan mielensä vankeja ja he ovat yleensä enemmän kilpailullisia; näin ollen heillä on enemmän ongelmia persoonallisen *egonsa* transedenttoimisessa. Mutta, totta kai, sekä miehillä että naisilla on sekä kärsimyskeho että persoonallinen *ego*, ja kaikkiin yksilöihin tämä miesten ja naisten eron yleistys ei tietenkään päde. Mutta Tollen mukaan näiden erojen takia naisilla on yleensä helpompi nousta tietoisuuden portailla ylöspäin. Voisi siis sanoa, että naisissa on suotuismapi ”maaperä” henkiseen kehitykseen. (Tolle 2005, 155.)

On kuitenkin todettava, että ei kaikki tyytymättömyyden tunne ole aina tästä ns. kärsimyskehosta johtuvaa. Osa tyytymättömyydestä on uutta, tässä hetkessä syntyvää, koska empiirinen *ego* ei halua hyväksyä nykyhetkeä sellaisenaan. Mutta tällainenkin tuore tyytymättömyys alkaa ennen pitkää kuormittamaan kärsimyskehoa, jos se toistuu samankaltaisena uudestaan ja uudestaan. Jos on tietoinen, että nykyhetki on jo *tässä ja nyt* juuri sellaisenaan, ja hyväksyy sen – ikään kuin, sanoo sille ”kyllä” - niin ihminen voimaannuttaa itsensä elämällä; avaten mahdollisuuden uusille ja luoville käyttäymismalleille ja ratkaisuille käsillä olevan ongelman suhteen, kärsimyskehon voimistamisen sijaan. (Tolle 2005, 172–174.)

Kärsimyskehon aktivoimat reaktiot ovat usein suhteettoman suuria, ja sen takia ne helposti herättävät hämmennystä myös ympäristössä. Ja sen takia raskas ja aktiivinen kärsimyskeho on helppo ulkopuolisen huomata, jos osaa tarkkailla sellaista puolta ihmisessä – mutta tärkeintä on tosiaan oppia huomaamaan se itsessään, ennemmin kuin toisissa ihmisissä. Itsessään sen olemassaoloa on usein vaikeampi tunnustaa. Toki toisten ihmisten kärsimyskehon tunnistamisestakin on hyötyä, koska silloin voi oppia rakentavammin toimimaan ihmisen kanssa, jolla on raskas, tai yleensäkin juuri sillä hetkellä aktiivinen, kärsimyskeho. (Tolle 2005, 172–174.)

Kärsimyskehostaan vapautumisen ensimmäinen askel on sen tiedostaminen, että ”omistaa” kärsimyskehon. Eli on opittava tunnistamaan itsessään milloin kärsimyskeho on aktiivinen ja milloin se dominoi omaa toimintaa ja olemista. Ja erityisen tärkeää on kyky säilyä valppaana ja tietoisena tarkkailijana, kun se on aktiivinen. Kun se joutuu henkilökohtaisen tietoisuuden eli transendenttisen *egon* ”valospottiin”, se ei enää vahvistu itsessään negatiivisena energiakenttään heikentäen ”isäntäänsä”. Voisi siis sanoa, että toisten ihmisten toimintaa, sanoja tai käytöstä ei kannata ottaa koskaan

turhan henkilökohtaisesti. (Tolle 2005, 161–163.) De Mello (2009, 85) havainnollistaa asiaa:

*”Kun samastutte yhä vähemmän ehdollistettuun itseenne, teidän on yhä helpompi tulla toimeen kaikkien ja kaiken kanssa. Tiedättekö miksi? Siksi, että ette enää pelkää loukkauksia tai sitä, että teistä ei pidetä... Kukaan ei ole teille ilkeä. Joku oli ilkeä sille, jonka luuli teidän olevan, mutta ei teille... Kukaan ei myöskään koskaan hyväksy teitä. Ihmiset yksinkertaisesti vain hyväksyvät tai torjuvat oman mielikuvansa teistä, kunnes heräävät.”*

Mutta oma kärsimyskeho kannattaa ottaa erittäinkin henkilökohtaisesti – ja omakohtaiseen käsittelyyn sellaisenaan. Kun henkilö ei enää samaistu kärsimyskehoonsa, se ei enää doiminoi myöskään ajattelevaa mieltä. Tällöin se alkaa pikkuhiljaa menettämään energiaansa, ja henkilö saa suunnilleen vastaavan määrän energiaa johonkin rakentavampaan käyttöön. Vaikka ihminen on valveilla, eli hän on monien silmissä täysin tietoinen - toisin kuin unessa tai tajuttomana - niin silti ihminen on henkisesti tiedostamaton, kun hän on kärsimyskehoonsa samaistunut. Mutta tulemmalla tietoiseksi kärsimykehostaan ja lakkaamalla samaistumasta siihen, se voi toimia tietoisuuden tason nostamisen pottoaineena. (Tolle 2005, 161–164.) Monilla maailmanhistorian henkisillä mestareilla on ollut elämänsä alkutaival hyvinkin hankala ja kärsimyksen täyteinen; mutta he ovat onnistuneet kääntämään sen voitokseen (ks. esim. Tolle 2006, 17–20; Marion 2000; Iyengar 2005).

Silloin kun kaikki “menee vikaan”, kun persoonallinen *ego* joutuu uhatuksi tai sen elämäntilanteessa nousee eteen todellinen tai kuviteltu haaste; uhka tai menetys; tai se joutuu ristiriitaan ihmissuhteissa - tavallisen tiedostamattomuuden rauhattomuus muuttuu syvän tiedostamattomuuden ahdistukseksi, äkillisemmän tai selvemmän kärsimyksen ja surkeuden tilaksi. Se on tavallisen tiedostamattomuuden vahvistunut muunnos. Ero on vain asteessa tai määrässä, ei laadussa. (Tolle 2006, 82–83.)

Tavanomaisessa tiedostamattomuuden tilassa piintynyt olemassaolevan *todellisuuden sellaisenaan* vastustaminen tai kieltäminen saa aikaan rauhattomuutta tai tyytymättömyyttä, minkä useimmat ihmiset katsovat kuuluvan normaaliin elämään. Kun persoonallisen *egon* eteen nousee jokin haaste tai uhka, se lisää tuota vastustusta ja nostattaa voimakasta kielteisyyttä, vihaa, syvää pelkoa, hyökkäävyyttä, masennusta ja niin edelleen. Syvä tiedostamattomuus on usein merkinä siitä, että jokin on herättänyt

kärsimyskehon, johon minuus on ollut samaistunut. Esimerkiksi fyysinen väkivalta olisi mahdotonta ilman syvää tiedostamattomuutta. (Tolle 2006, 82–83.)

Jokaisessa onnistumisessa piilee epäonnistuminen, ja jokaiseen epäonnistumiseen kätkeytyy onnistuminen. Tässä maailmassa eli muodon tasolla on luonnollista, että jokainen ”epäonnistuu” ennemmin tai myöhemmin - ja kaikki teot valuvat loppujen lopuksi kuitenkin ”tyhjiin” - tai tyhjyyteen. Kaikki muodot ovat väliaikaisia. (Tolle 2006, 180.)

Kun on herkeämättömän valpas, tietoinen ja rehellinen omien tunteidensa suhteen, niin epäonnea tuottavien tunteidenkin ympärille tulee ikään kuin tilaa – avaruutta - jonka takia niihin tunteisiin ei enää samaistu niin voimakkaasti. Jos on vuosikausia pitänyt yllä mentaalista tarinaa otsikolla ”Onneton minä”, niin elämä ei tietenkään välittömästi muutu yhdeksi juhlaaksi tiedostamisen tielläkään. Mutta, jos ei ota omaa ”Onnetonta minäänsä” omana syvimpänä minuutena, niin tuo onnettomuus ei enää tunnukaan niin pahalta. Kun samaistuu kärsimyskehoonsa, niin se on kuin pyörivä pyörä, jolle koko ajan annetaan lisää vauhtia. Sen sijaan, kun siihen lakataan samaistumasta, niin pyörän tavoin se jatkaa yhä pyörimistään, mutta sen vauhti hidastuu kaiken aikaa. Ja lopulta se voi pysähtyä kokonaan eli kärsimyskeho voi lakata olemasta. (Tolle 2005, 164–167.)

Jos ihmisellä on erityisen raskas kärsimyskeho, kokevat muut ihmiset helposti hänen seuransa tavalla tai toisella epämiellyttävänä – ja erilaiset ihmiset reagoivat siihen eri tavoin riippuen heidän omasta kärsimyskehostaan ja empiirisen *egon* ominaispiirteistä. Tämänkin takia vahvalla kärsimyskeholla varustetut ihmiset ”joutuvat” usein konfliktitilanteisiin. Joskus he provosoivat konfliktin itse tietoisesti tai tiedostamattaan. Joskus taas ympärillä olevat ihmiset – tai oikeammin sanottuna, ympärillä olevien ihmisten kärsimyskehot - provosoituvat ko. voimakkaan kärsimyskehon levittämän negatiivisen energian johdosta. Tarvitaan hyvin intensiivistä tietoista läsnäoloa, jotta pystytään estämään kärsimyskehoja aktivoitumasta synnyttämään lisää draamaa, joka luo lisää kärsimystä. (Tolle 2005, 174–177.) Vain hyvin tietoinen ihminen voi kieltäytyä tarttumasta syyllisyyteen tai vihaan ja vain viileästi todeta (mielessään tai ääneen): ”*Olen saanut kiukunpuuskan*” - mutta olla reagoimatta, eli olla luomatta lisää negatiivista energiaa (de Mello 2009, 124–125).

Yhdenkin läsnäolevan intensiivinen tietoisuus tilanteessa saattaa ehkäistä kärsimyskehoja aktivoitumasta – ja, sen sijaan, tehden ympäröivistä ihmisistä omalta osaltaan tavalla tai toisella edes hieman tietoisempia elämässään. Hyväksyvä läsnäolo on aina moninkerroin vaikuttavampaa, kuin mikään mitä voidaan sanoa tai tehdä; vaikkakin intensiivinen tietoisuus monasti tuo intuition muodossa mukanaan nimenomaan juuri oikeat sanat ja teot, jotka juuri siihen tilanteeseen sopivat. Tiedostavan läsnäolon hiljaisessa voimassa – mielen hiljaisuuden voimassa - on mahdollista aistia sekä itsessään että muissa ihmisen pohjimmainen sisäinen muodoton *essenssi* – eli puhdas transdienttinen *ego*. Tällä tavoin, tullessamme tietoiseksi itsen ja toisen – minän ja sinän – ykseydestä, astuu kuvaan aito rakkaus, aito välittämien, aito empatia, aito ymmärrys, aito myötätunto. (Tolle 2005, 174–177; ks. myös *VII Kirje*.) Annetaan de Mellon (2009, 55) kuvailla tätäkin: *”Voisiko ruusu sanoa: lahjoitan tuoksuni vain hyville ihmisille, jotka haistelevat minua, mutta pidätän sen pahoilta?... Nämä vertauskuvat kertovat minkälainen rakkaus on.”*

Yleensä kärsimyskehot reagoivat helpoiten samankaltaiseen energettiseen lataukseen - tai toisin sanoin ilmaistuna, sen kaltaisiin emotionaaliseen kärsimykseen - joka sen on alkujaan synnyttänyt – yleensä lapsuudessa. Täten me vedämme liiankin helposti puoleemme ihmisiä - tai tunnemme vetoa ihmisiin - jotka sisältävät samanlaatuista energiaa kuin omat vanhempamme. Kärsimyskehojen parhaita, tai oikeastaan pahimpia, temmellyskenttiä ovatkin yleensä parisuhteet – ja tämän päivän erotilastojen valossa tämä temmellys käy kiihkeämpänä kuin koskaan. (Tolle 2005, 177–180.)

Kun oppii havainnoimaan oman kärsimyskehonsa aktivoitumista, oppii samalla myös huomaamaan minkälaiset tilanteet ja asiat aktivoivat omaa – ja sen toisen - kärsimyskehoa. Näin on mahdollista oppia valppaammaksi, kun riskialttiit tilanteet ja asiat tulevat vastaan – ja ennen pitkää ne aina tulevat. Ja kun oppii pysymään tietoisempänä, menemättä täysin tunteidensa mukana, niin kärsimyskeho ei pääse päsäröimään ”äänenä päässä”, joka sanelee toiminnan ja tunteet. Jos esimerkiksi opettelee itsetuntemusta tällä tavalla yhteistyössä elämäkumppaninsa kanssa, niin molemmat voivat myös auttaa toisiaan osoittamalla - vailla syyttelyä, rakentavasti ja ystävällismielisesti - toisen kärsimyskehon, kun se nostaa rumaa päätään. Ja vastaavasti myös tunnustamalla toiselle, varoittamalla toista, kun itsellä on käymässä niin. Tämä kuitenkin vaatii molemmilta tietoisuutta, jotta se voi toimia; mutta näin parisuhteesta

voi tulla mitä toimivin ja voimakkain katalysaattori henkisellem kehitykselle. (Tolle 2005, 177–180.) Rakkauden sanotaan olevan sokean, mutta ”*uskokaa pois*”, de Mello (2009, 103) vakuuttaa, ”*ei ole mitään yhtä selvänäköistä, kuin todellinen rakkaus*”.

Kärsimyskeho voi olla pahin este henkisellem heräämiselle. JA kärsimyskeho voi toimia henkisen heräämisen laukaisijana. Mihin tahansa objektiin tai ajatukseen tai tunteeseen ihminen samaistuu, niin siitä tulee osa persoonallista *egoa*. Toinen tapa ilmasta asia onkin, että nimenomaan tuo samaistuminen aiheuttaa kärsimyksen. Kärsimyskeho on ikävin mahdollinen osa persoonallista *egoa*. Samastuminen persoonalliseen *egoon* – ja varsinkin sen varjopuoleen eli kärsimyskehoon – on aina henkistä tiedostamattomuutta, jolloin ei ole olemassa todellista vapaata tahtoa. Mutta kärsimyskeho transendenttisen *egon* tarkkailun kohteena voi vauhdittaa tietoisuuden tasoilla kipuamista hyvinkin tehokkaasti. Näin tapahtuu, kun kärsimykehon kautta elävä ihminen saa tarpeekseen ”elämästä onnettoman itsensä kanssa”. *Vapaa tahto*, sanan varsinaisessa merkityksessä, voi ilmetä vain samaistuttaessa transendenttiseen *egoon*. Vapaa tahto voi nousta vain sielusta, ei mielestä. (Tolle 2005, 180–182; de Mello 2009.)

Anthony de Mello (2009, 69–73) esittää ytimekkäästi ”yksinkertaisen” **neljän askeleen ohjelman**, jota toteuttaa henkilökohtaisen muutoksen tiellä. (Tai oikeastaan, tämä on vain teoriassa eli paperilla yksinkertainen, mutta käytännössä eli henkilökohtaisessa sisäisessä mikrokosmoksessani ajoittain jopa erittäin haastava.):

(1) Ensimmäiseksi; minun on päästävä kosketuksiin tunteideni - erityisesti kielteisten sellaisten – kanssa eli minun on tultava *tietoiseksi* omista tunteistani – ja minun on tunnustettava niiden olemassaolo. Syöpääkään ei voi hoitaa, jos ei sitä ole löydetty.

(2) Toiseksi; minun on ymmärrettävä, että nämä tunteet ovat minun sisäisessä todellisuudessani, eivät minun ulkopuolisessa todellisuudessa. Mutta ne eivät ole absoluuttinen pysyvä totuus minun sisäisestä todellisuudestani. Nuo tunteet ovat vain ”varjoja luolan seinällä”.

(3) Kolmanneksi; minun on vältettävä samaistumista tunteeseen – sillä minä en ole tuo tunne, tunteet tulevat ja menevät; mutta jokin minussa säilyy, olkoon tuo sen syvin *itse* eli transendenttinen *ego*. Itsehavainnointi – itsensä katseleminen – on hyvin, hyvin tärkeää. Se tarkoittaa sitä, että minä katselen kaikkea itsessäni, kuin tutkija. Minä tutkin itseäni – niin etäältä kuin mahdollista, havainnoiden, ikään kuin kaikki tapahtuisikin jollekin toiselle. Esimerkiksi en siis sano: ”*Minä olen masentunut*”, vaan ennemminkin,

että ”*masennusta on minussa - tällä hetkellä*” - tiedostaen, että se menee ohi, JOS en takerru siihen.

(4) Neljänneksi; Minä ymmärrän, että kun minä muutun, niin kaikki muuttuu ”minun maailmassani”. Suuri kysymys: ”Minä tunnen oloni hyväksi, koska kaikki on kohdallaan ulkoisessa maailmassa”;VAI ”Maailma on kohdallaan, koska minä tunnen oloni hyväksi”? (de Mello 2009, 69–73.) (Dunderfeltin (1997) kolmesta askeleesta eli *Tunnista, Tunnusta* ja *Toimi* löytyy paljon samaa.)

Kaikki hyvä voi kasvaa nimenomaan siitä tilasta käsin, kun tietoinen elämä astuu pimeyteen. Tietoisuus ja oivallus. Kun ihmisestä tulee niiden asiantuntijoita (ja se voi tapahtua lyhyessäkin ajassa), ei tarvitse suorittaa psykologian kursseja. Ala vain tehdä havaintoja itsestäsi, katsella itseäsi, poimia esiin kielteisiä tunteitasi, löydä oma tapasi selittää sitä, mitä tapahtuu. Ja huomaat muutoksen. Mutta silloin on käytävä käsiksi ”suureen roistoon”, jonka nimi on - freudilaista termiä käyttääkseni – *superego*. Se sisältää itsensä tuomitsemisen, itsevihan, kärsimyskehon, tyytymättömyyden omaan itseensä – jotka on kaikki opittu ulkoiselta maailmalta, mutta nuo opit eivät ole meille hyväksi, koska me kannamme niitä jatkuvasti sisällämme negatiivisena energiana. (de Mello 2009, 35-139; ks. myös esim. Tolle 2006; Krishnamurti 2002; Klemola 2004; Wilber 2009.)

### 5.2.2 Tunne itsesi!

*"You can't argue with What Is. Well, you can, but if you do, you suffer."*

- Eckhart Tolle -

Eräs Eckhart Tollen oppilas kuunneltuaan Tollen puhetta:

*"...huomasin katselevani ikkunan takana olevaa puuta. Olin katsellut sitä ennenkin. Mutta nyt se oli erilainen. Ulkoisesti oli tuskin tapahtunut mitään muutosta. Vain värit näyttivät kirkkaammilta ja elävämmiltä. Mukaan oli tullut kuitenkin joku lisäulottuvuus. Tätä on vaikea kuvata. En tiedä miten, mutta havaitsin kuitenkin jotain näkymätöntä. Se tuntui olevan tuo puun ydin, sen sisäinen henki, sanoisin. Ja jollain tavalla olin yhtä sen kanssa. Huomaan nyt, etten ollut aiemmin todella katsonut puuta. Olin nähnyt vain lattean ja kuolleen kuvan..."* (Tolle 2006, 64; vrt. VII Kirje.)

Yllä oleva suora lainaus on Eckhart Tollen käymiin eläviin dialogeihin perustuvasta kirjasta "Läsnäolon voima" (2006). Kirjassaan Tolle kuvaa omaa tapaansa kokea ja tiedostaa elämä, vastaamalla yleisimpiin hänelle esitettyihin kysymyksiin. Yllä oleva lainaus on nimenomaan jonkun Tollen "oppilaan" kokemus eräästä "istunnosta" Tollen ja muiden oppilaiden seurassa. Tuosta tulee hakematta mieleeni Platonin kuuluisa luolavertaus, jossa luolaan kahlehditut ihmiset pitävät latteaa ja väritöntä varjonäytelmää todellisuutena, jolloin nämä ihmiset eivät tunne edes itseään, muuta kuin varjoina seinällä. Ja sitten siinä kuvataan, kuinka alamme *nähdä* kaiken kirkkaammin. (*Valtio, VII Kirja.*) Ja mieleeni tulee myös Platonin *Seitsemännen Kirjeen* viittaus "kipinän tavoin lennähtävästä oivalluksesta" opettajan seurassa.

Tiede on kehittynyt aika tavalla sitten antiikin ajan, mutta yhä tunnemme itsemme aika huonosti. Kun joltakulta kysytään: "Kuka sinä olet?"; hän yleensä kuvailee itseään erilaisilla rooleilla; niin-ja-niin vanha mies/nainen, isä/äiti, ammatti, harrastukset, mieltymykset ja niin edelleen. Kaikki nuo asiat ovat sillä hetkellä objekteja hänen



tajunnassaan. Ne ovat ajatuksia, ”ääniä päässä”, mielikuvia, käsitteitä, tuntemuksia ja haluja, jotka marssivat ohi tietoisuuden kohdevalon - ne ovat tietoisuuden kohteita. Juuri nuo tietoisuuden kohteet tajunnassa *eivät* ole se havainnoiva *Itse*. Kaikki ne asiat, joita ”tiedämme” itsestämme, eivät ole todellinen *Itse*. Ne eivät ole näkijä, vaan sisäisiä tai ulkoisia kohteita, jotka voi nähdä. Ja tähän tarkkailijaan samaistuminen voi viedä pitkälle matkalle syvälle omaan sisäisyyteen – *Kosmoksen* ylävasempaan (ks. liite 1) – matkalle itseen, omaan minuuteen, jonka syvin olemus on Minä Olen/*Itse*. (Wilber 2009, 321.)

Elämänmatkallamme on ulkoinen ja sisäinen tarkoitus, ja ulkoisena tarkoituksena ovat asettamamme päämäärät tai tavoitteiden saavuttaminen, ottamiemme tehtävien suorittaminen, sen tai tämän toteuttaminen, mikä tietysti edellyttää tulevaisuuden olemassaoloa. Mutta jos tavoitteemme vaativat niin paljon huomiota, että niistä tulee tärkeämpiä kuin se mitä teemme juuri nyt, niin elämänmatkan sisäinen tarkoitus jää kokonaan huomiotta. Tuolla sisäisellä tarkoituksella ei ole mitään tekemistä sen kanssa, *mihin menet* tai *mitä teet* tai *kuinka paljon saat?* Siinä on kyse ennen muuta siitä, *miten teet* ja *miksi teet?* Ihmisen elämänmatkan sisäiseen tarkoitukseen ei liity tulevaisuus, äeik menneisyys, vaan ennen kaikkea tämän hetkinen tietoisuuden intensiivisyys ja tajunnan tila. (Tolle 2006, 96.)

Ulkoinen taso kuuluu ajan ja paikan lineaariseen ulottuvuuteen. Sisäinen tarkoitus merkitsee ihmisen sisäisen olemuksen rikastumista, ja se tapahtuu ajattoman nykyhetken ”kohtisuorassa” ulottuvuudessa (vrt. sisäinen ja ulkoinen hyvä, MacIntyre 2004; virtauskokemukset, Csikszentmihalyi 1992). Ulkoiseen matkaan saattaa sisältyä miljoona askelta. Sisäisessä matkassa niitä on vain yksi – *askel, jonka otat juuri nyt!* Tullessamme syvemmin tietoiseksi tästä yhdestä askeleesta oivallamme, että siihen sisältyvät ne kaikki muut askeleet - kuin myös määränpää. Tämä yksi askel muuttuu mestarillisuuden ilmaukseksi - ylevän kauniiksi ja korkeatasoiseksi. Se tuo läsnäolevaksi Olemiseen; ja syvimmän olemuksemme Olemisen valo loistaa läsnäolon lävitse. ”*Tämä on sisäisen matkasi – itseesi kohdistuvan matkasi – tarkoitus ja täyttymys.*” Ja tämä on tärkein matka, jonka voimme tehdä. (Tolle 2006, 96; Klemola 2004, 282–291.) Ja se on myös tärkeintä tutkimusta mitä voimme tehdä.

*”Muutosi sisimmässä sinulla on yhteys johonkin niin suunnattoman suureen,*

*mittaamattomaan ja pyhään, ettei sitä voi käsittää eikä sitä voi puhua – ja kuitenkin puhun siitä koko ajan. En puhu siitä antaakseni sinulle jotakin johon uskoa vaan osoittaakseni, kuinka voit oppia tunnistamaan sen itse.”* (Tolle 2006, 117.) Sama pätee itse asiassa kaikkiin korkeampia tasoja paljastaviin tajunnansisäisiin kokeisiin ja tuloksiin eli edistyneen tason meditatiivisiin harjoituksiin ja kontemplatiivisiin kokemuksiin; joista istuen tehtävät meditaatioharjoitukset ovat ehkä vanhimpia, testatuimpia ja toistetuimpia. Meditaatioharjoitukset ovat mm. keskittymistä ja keskittämistä, tietoisena pysymistä, tarkkailijaan samaistumista, pakonomaisen ajattelun hiljentämistä, olemassaololle antautumista – ja kaikki tämä voi johtaa johonkin... ”*Skeptisismi on tervehenkinen asenne, joten tietoa kannattaakin etsiä itse ja suorittaa sisäinen koe, saada tulokset ja pyrkiä tulkitsemaan niitä. Mutta jos koetta ei halua suorittaa, ei kannata pilkata niitä, jonka sen suorittavat. Ja ehdottomasti kaikkein yleisin tulosten tulkinta on: siinä ollaan jumalaisen kanssa kasvotusten.”* (Wilber 2009, 320.) John Dewey on puhunut ”ei-diskursiivisesta kokemuksesta”, tässä puhutaan nyt siitä äärimmäisestä ei-diskursiivisesta kokemuksesta – ja siitä on hankala puhua (Klemola 2004, 37).

Meditatiivisiin harjoituksiin usein liitetään itsekuri ja askeettisuus. Mutta useammin tavallisten ihmisten kohdalla, jotka tekevät meditatiivisia harjoituksia osana jokapäiväistä elämäänsä, on enemmän kyse kohtuullisuudesta kuin askeettisuudesta. Sen lisäksi, on ennemminkin kyse innostuksesta harjoituksen vaikutuksia kohtaan; ja uteliaisuudesta - että mitä voi tapahtua, jos vain jatkaa tarpeeksi pitkään? - kuin varsinaisesta itsekurista.

Platonisesti ajatellen; Hyvän idean voi nähdä vain se varsinainen *Itse*. Tietoisella hyvän elämän tielläkin on hyvin vaikea *nähdä* tuo Hyvän Idea, ja ongelmana on usein nimenomaan ihmisen vahva mielikuvituskyky. Mehän elämme enimmäksens mielen maailmassa – menneisyydessä tai tulevaisuudessa – ja Hyvän ideaa taas ei voi ajattelevalla mielellä saavuttaa. Haaveilemme sekä ulkoisesti että sisäisesti hyvistä asioista, jotka ovat useimmiten aistinautintojen, mielihyvän kokemusten muistelemista ja tulevaisuuden fantasiointia. Platon käsittelee aidon Hyvän tunnistamisen teemaa usein ja se saa paikoin jopa *riitin* aseman: itse tunnistaminen tulee tärkeäksi, sen harjoittelu ja muistaminen (ks. esim. *Faidros*) – joka on samalla oman syvällisimmän ja aidoimman *Itsen* tunnistamista. Platon käyttää tästä ilmaisua ”pyhä”:

Sielun *ideamaailmassa* kokema on pyhää ja saman tunnistaminen aistimaailmassa on pyhän nykyhetkistämistä – sekä ilmentyneen ja Ilmentymättömän näennäisen dualismin häivyttämistä. (Varto 1993, 57.)

Tämä tarkkailija, varsinainen itse, josta tässä työssä on paljon puhuttu, ei siis ole mikään ajatus – ajatukset voidaan nähdä kohteina. Tämä todistaja ei ole mikään aistimus – aistimukset voidaan nähdä kohteina. Tämä näkijä ei ole mikään tunne – tunteet voidaan nähdä kohteina. Todellinen itse ei ole keho, mieli tai persoonallinen *ego* – keho, mieli ja tunteet – kaiken kaikkiaan kaikki empiirisessä *egossa* - voidaan nähdä kohteina. Mikä katsoo kaikkia näitä kohteita? Sitä kohti voidaan, ikään kuin, peruuttaa hylkäämällä kaikki muu todellisena *Itsenä* – mutta sitä *Itseä* ei voida koskaan nähdä; mutta siinä voidaan levätä, kun päästetään irti kaikesta muusta. Näin lakataan takertumasta siihen kaikkeen muuhun oman identiteetin tai persoonallisen *egon* ylläpitävänä voimana. Ja saatetaan huomata, kun on päästetty irti kaikesta pinnallisemmasta, että se mitä tunnetaan, onkin yksinkertainen vapauden tunne – riippumattomuuden tunne kaikista havainnon kohteista. Sitä on täydellinen samaistuminen transendenttiseen *egoon*. (Wilber 2009, 322.)

Samalla tavalla Platoninkaan kuvauksia kaihtava Hyvän idea ei ole pelkkä analyttis-filosofinen teoria, sen enempää kuin se on vain runoutta tai myytti – mutta se voidaan *nähdä* itse, kun *Tunnetaan Itse*. Se EI OLE rationaalisen tason argumentti *ideoista*. Se ON suora mystinen oivallus. ”*Mystinen*” tarkoittaa *salaperäistä* - ja sana on sen takia hieman harhaanjohtava. Mystisinä pidetyt kokemukset ovat täysin salaperäisiä vain niille, jotka eivät ole niitä kokeneet. Ja salaperäisenä se toisaalta aina säilyykin, koska se kaihtaa kuvauksia. Kaikesta huolimatta, se on luonnollinen (tai LUONNOLLINEN) hengellinen kokemus, jolle on luotu pohjaa meditatiivisilla harjoituksilla ja kontemplaatiossa, yleensä samanhenkisten ihmisten parissa – ja joka usein siirtyy osittain suoraan opettajalta oppilaalle (ks. *VII Kirje*). Tämä kokemusperäinen oivallus on jotain transrationaalista, johon verrattuna kaikki rationaaliselta tietoisuuden tasolta käsin aistitussa aistimaailmassa vaikuttaa pelkältä varjolta (Wiber 2000a, 333).

”Aurinko” eli kausaalinen Hyvän idea aiheuttaa (*to cause*) luolan, tulen, liikkuvat muodot, varjot ja ne, joista varjot lankeavat. Tekemällä näin Ilmentymätön Yksi pikkuhiljaa ilmentää evoluution myötä itseään muotoina. Varjot ovat loppujen lopuksi

yhtä tärkeitä Auringolle, kuin Aurinko varjoille. Varjojen olemassaolo ja evoluutio ovat Auringon oman täydellistymisen polttoainetta. *Timaioksessa*, jolla on ollut erityislaatuinen vaikutus myöhempään länsmaiseen kosmologiaan, Platon hahmottelee kuinka *Kosmoksen* ei-dualistinen ”kohtu” jakautuu kausaalisen Hyvän idean kautta rajattomasti muodoiksi – fysiofääristä biosfäärin kautta noosfääriin – ja jatkaen siitä teosfääriin.

Ensin materia saa elämän eli herää henkiin; ja sitten elämä oppii ajattelevaan - ensin elämää ylläpitäviä käytännön asioita, sitten karkeasti ottaen kaupan tekoa, seuraavaksi herää kunnianhimo, jota seuraavat politiikka, tieteet, taiteet, filosofia – ja lopulta ajatus suunnataan Henkeen. (Wilber 2000a, 335; ks. myös Reeve 1988.) Tai kuten sen on sanonut Platon:

*”Ja kuten äsken sanoimme, teidän on toimittava katse suunnattuna siihen, mikä on jumalallista ja loistaa kirkkaana... Sitä katsellessanne katsotte myös itseänne ja sitä hyvää, mikä teille kuuluu, ja opitte tuntemaan sen... Silloin te toimitte oikein ja hyvin... Jos toimitte sillä tavoin, voin vakuuttaa teille, että olette onnellisia.” (Alkibiades I, 134 d-e.)*

Sokrates puhuu – kuten Platon kirjoittaa – *sielun* kuolemattomuudesta. Platon/Sokrates perustelee tätä sillä, ettei mikään *sielua* pahentava(kaan) voi kokonaan tuhota *sielua*; kuten kaikki muu aikanaan tässä maailmassa tuhoutuu, katoaa - materia kuolee, *henki* säilyy. *Hengen* menettäminen ei näin ollen tarkoita *hengen* katoamista, vaan siirtymistä toiseen olomuotoon. Näkemykseni mukaan Platon tarkoittaa *sielulla* nimenomaan samaa mistä Tolle puhuu *tietoisuutena*. (ks. *Pidot; Faidros; Valtio, X Kirja*; Tolle 2007.)

Platonin *sielun* kuolemattomuutta koskevaa todistelua ovat monet pitäneet heikkona (ks. esim. Tenkku 2007, 427). Jos *sielun* kuolemattomuutta pitää vain teologisena uskomuksena, on sitä tietysti mahdoton analyttis-filosofisesti todistaa. Sen sijaan, jos *sielun* kuolemattomuudesta on mahdollista saada omakohtainen kokemus riittävän korkealla *tietoisuuden* tasolla, muuttuu se uskon sijaan tietoisuudeksi jostakin kuolemattomasta. Silti sitä ei voi verbaalisesti selittää niin, että se olisi rationaalisesti ymmärrettävissä. Koska, kuten Herakleitos on todennut: *”Sielun rajoja ei voi löytää, vaikka kulkisi jokaisen tien. Niin syvä on sen ulottuvuus.”* Rationaalisen tason ihmiseltä se vaatii uskoa, ja ilman uskoa se tulee väistämättä hylätyksi ”epätotena” - koska sitä ei

voi rationaalis-tieteellisesti todistaa.

Elämä on tietyllä tavalla hyvin yksinkertaista. Elämän yksinkertaisuutta ei voi tavoittaa rationaalisella reflektiolla tai analyysillä. Filosofiaa elämäntapana pitävä Hadot (1993, 41) sanoo myös, että ajatteleva mieli – missä tahansa se onkin aktiivinen – aina luo välikappaleen todellisuuden ja minuuden välille, jolloin elämästä tulee monimutkaista. Elämä, koettuna suoraan ilman välikappaleita, ilman väliverhoja – ei-peitetynä – on virtaavaa rajattoman ykseyden kokemusta alusta loppuun. Läsnaolo *tässä ja nyt* eläen ovat sekä keino että päämäärä. Tietoinen läsnaolo on välitöntä ja suoraa kontaktia todellisuuteen ja elämään. (ks. esim. Hadot 1993, 41; Klemola 2004.) “*Sielun sairauksista suurimpana on pidettävä sitä, että nautintoa ja tuskaa on liikaa. Sillä jos ihminen on ylenmääräisen riemun vallassa tai päinvastoin kärsii liian ankaraa tuskaa hän kiiruhtaa päättömästi tavoittelevaan toista tai pääsemään pakoon toista, ei pysty näkemään eikä kuulemaan mitään oikein, on sokean kiihkon vallassa eikä pysty käyttämään järkeään.*” (Timaios 86b-c.) Esimerkiksi vipassana- ja zazen-meditaatiotekniikat tähtäävät läsnaoloon tapahtui mitä tapahtui ja takertumattomuuteen sekä nautinnollisia että tuskallisia kokemuksia kohtaan. (ks. esim. Warner 2006; Klemola 2004.)

”*Mutta me... keitä me olemme?*” Plotinos (ks. Hadot 1993, 28) kysyy; ja selittää syvintä olemustamme omiin suoriin kokemuksiinsa ja oivalluksiinsa perustuen: Kaikki meissä oleva, ei ole välittömästi havaintovälineidemme havaittavissa. Pikemminkin se syvällisempi meissä tulee luoksemme, vasta kun siitä tulee havaitsemisen kohde. Vaikka syvin olemuksemme on kaiken aikaa aktiivinen, niin se ei kaiken aikaa viestitä olemassoloaan havainnointivälineillemme – näin ollen osaa aktiiviteetistamme jää minuudellemme näkymättömäksi. Voisi sanoa, että syvin olemuksemme on aina väistämättä osa *elämäämme*, mutta samastumalla siihen siitä voi tulla myös osa tietoista *elämäntilannettamme*. Me olimme ennen syntymäämme puhtaita sieluja, osana Henkeä. Ja yhä tässä maailmassa olemme osa Henkeä. Mutta jos henkinen puolestamme on laiska, se lakkaa olemasta läsnä. Ja näin meistä tulee se persoona, joka on lisätty syvimmän *Itsemme* peitoksi (totuus = ei-peitetty) ja naamioksi (*persona* = naamio). (Hadot 1993, 28.)

Niin, jokaisessa vaiheessaan ei-peitetty eli “totuus” saa uuden muodon – ja jokaisessa

vaiheessa tuo todellisuudessa suhteellinen osatotuus on Platonin mielestä mainitsemisen arvoinen. Platon kuvailee arkitodellisuuden ”varjoisana” - vakuuttaen, että nämä varjot eivät ole olioiden syvin ja aidoin olemus – vaan oliot, sekä subjektit että objektit, ovat erilaisten harhakäsitysten peitossa. (*Valtio* 514a–517c) Mutta meidän ei tule tosiaankaan yrittää tutustua koko ajan suurempaan määrään varjoja – vaan sen sijaan, meidän tulisi vaihtaa näkökulmaa ja ympäristöä, jossa näitä ilmentyneitä olioita tarkastelemme. Ympäristön vaihtamisessa merkittävin aspekti on, itse asiassa, oman mentaalisen tilan muuntaminen tavalla, jos toisellakin. Oma mentaalinen tilamme, toisin sanoin tietoisuuden tasomme, on osa sitä tilaa eli ympäristöä, jossa kunakin hetkenä elämme – koska sen läpi näemme kaiken muun. (Heidegger 2002, 32–35.)

Palatakseni tämän luvun aloittaneeseen sitaattiin Tollen (206, 64) kirjasta: ”...*huomasin katselevani ikkunan takana olevaa puuta... Huomaan nyt, etten ollut aiemmin todella katsonut puuta. Olin nähnyt vain lattean ja kuolleen kuvan...*” jne; johon Tolle (2006, 64) vastaa:

*”Olit tuokion irti ajasta. Siirryit läsnäolevaan hetkeen eikä mielesi enää peittänyt puuta, vaan näit sen sellaisena kuin se todellisuudessa on. Olemisen tietoisuus sulautui havaintoosi. Ajaton ulottuvuus tuo mukanaan uudenlaisen näkemisen kyvyn. Se ei tapa jokaisessa luodussa, kaikessa olevaa henkeä. Sellainen ei tuhoa elämän pyhää mysteeriä vaan sisältää syvän rakkauden ja kunnioituksen kaikkea olevaa kohtaan. Mielellä ei ole aavistustakaan sellaisesta näkemisestä.”*

Mystikoiden viesti kautta linjan on, että ajatteleva mieli tuntee ainoastaan luokittelut, arvioinnit, ”faktat” ja mielipiteet. Vain *Suora Tietoisuus/Puhdas Tajunta* voi nähdä ja tuntea absoluuttisesti.

## 6 Johtopäätökset

*”Olen yksin kanootissa Vermontin sinisen taivaan alla. Ensimmäistä kertaa koen hengityksen dialogina kaiken olevan kanssa.”*

- Deborah Hay, tanssija -

Voimme lähestyä kulttuurimme ongelmia mistä tahansa näkökulmasta ja aina eettinen puoli nousee esiin, kun kysymyksiä kysytään tarpeeksi pitkälle. Mutta mistä eettinen tulee? Voiko etiikasta olla ”varmaa tietoa”? *Mitä on tieto ylipäätään?*

Esimerkiksi: On informaatiota - kuten “Turku on Suomen pääkaupunki” tai D-vitamiinin suositusannos päivässä on 10 mikrogrammaa” - joka voi olla vanhentunutta. Edellä mainituista ensimmäinen on vanhentunutta tietoa, johtuen poliittisen tilanteen muuttumisesta ja toinen biolääketieteen kehittymisestä. On informaatiota, kuten  $7 \times 8 = 54$ , joka on stabiili fakta. Kertotaulut yhdestä kymmeneen voi opetella ulkoa, tai voi oppia ymmärtämään, kertolaskun logiikkaa - jolloin yhdenlainen informaatio muuttuu yhdenlaiseksi tiedoksi. On formaalilogiikan sinänsä validit päättelyt - eli “varmaa tietoa” - kuten “Jos P niin Q = Q, jos P = P, vain jos Q” - mutta formaalilogiikalla ei taideta ratkoa tärkeitä arvokysymyksiä, vai kuinka? On soittajan tietoa hyvän instrumentin ominaisuuksista, joista hän voi kertoa omalla kielellään ohjenuorina hyvän soittimen rakentamiseen soitinrakentajalle. Soitinrakentajalla on tällöin informaatiota - tai tosi uskomuksia - hyvän soittimen ominaisuuksista - mutta vain soittajalla käytännön tuoma tieto (*Valtio 600d-601a*).

On siis myös tietoa, johon tärkeänä osana liittyy arvomaailma - ja riittävän kehittynyt tunne-elämä - kuten “*kaikki ihmiset ovat tasa-arvoisia*”. On analyttisfilosofisia ajatusrakennelmia, kuten “*on/ei ole olemassa Maailmansielu, koska...*”; joista on vaikea päästä yksimielisyyteen rationaalisella tasolla, koska yksilön omat ontologiset

taustaoletukset - varsinkin kulttuuri ja kieli joiden parissa on kasvanut sekä myös yksilön asema yhteisössä - vaikuttavat ”mielipiteeseen” - tai jopa muovaavat sen alusta loppuun monissa tapauksissa. On olemassa tietoa, kuinka ihmisenä liikuttaessa tässä maailmassa on terveellistä välttää törmäykset kiinteiden esineiden kanssa – vaikka toisaalta kvanttifysiikka opettaa meille, että kaikki ”kiinteäkin” sisältää enimmäkseen tyhjiyyttä, vaikka oma kokemuksemme kertoo jotain muuta. Me kaikki luotamme tässä omaan kokemukseen, vaikka toisaalta luonnontieteiden tietoa pidetään faktana. Ja viisaiden mukaan on sisäistä ”*näkemistä*” - ”tietoa” *ideamaailmasta*, jota voi vielä eri tavoin käsitteellistää - ja Hyvän ideasta, jota ei voi sanoin määritellä täysin osuvasti. Tässä lista joistakin tiedon eri ”mahdollisuuksista”, jonka ei ole tarkoitus olla kaiken kattava. Mutta se voi antaa ajatuksia, että miksi ”vanhat viisaat” olivat niin viisaita, että heitä niin kovasti halutaan ymmärtää jopa vuosituhansien jälkeenkin.

Kysymys kuuluu: kuinka määritellään käsitteet – myös arvoista ja etiikasta - jollei ole olemassa jotain *todellista sisältöä* eli substanssia johon niillä halutaan viitata? Jos tämän substanssin haluaa määritellä yhdellä sanalla, niin se lienee ”myötätunto”. Kuinka on mahdollista kasvaa ja kasvattaa aikuisena ihmisenä; jos ei elämässä ole mahdollista lisätä tietoisuutta ja myötätuntoa itsessään? (ks. esim. Wilber 2000a; vrt. Varto 1993, 23–24.) Niin, eettinen liittyy aina keskeisesti kasvatukseen – ja inhimilliseen elämään yleensäkin - jopa siinä määrin, että kasvatus ja etiikka ovat kestäväen kehityksen elinehtoja. Mutta entä, millainen kasvatus on eettistä? Voiko toista ihmistä – vapaata yksilöä – kasvattaa yleensäkin eettisesti? (ks. Varto 138–141.)

Vastaan, että ”voi”. Jos sen tekee oikeanlaatuisesta sisäisestä tilasta käsin. Ja sitä sisäistä tajunnan tilaa, niitä tietoisuuden tasoja on tässä työssä hahmoteltu teoreettisesti. Kuin on myös hahmoteltu keinoja, kuinka tuo eettinen saadaan esiin ihmisessä – ja kuinka se on otettava huomioon kasvatuksessa?

Otetaanpa esimerkiksi musiikki; tuo taiteenmuoto, joka koskettaa kaikkia maailman ihmisiä, kaikissa kuluttuureissa. Sen mukana pitäisi olla helppo saada ihmiset myös koulussa *nauttimaan* ja *innostumaan*. Tolle (2007, 246–258) pyytää nimenomaan kysymään itseltään ”**hyväksynkö elämäntilanteeni, nautinko toiminnastani, ja olenko innostunut**” tehdessäni tietoisesti läsnäollessa mitä teen?; osviittana, että olenko oikealla tiellä, vai pitääkö minun muuttaa jotain ulkoista tai sisäistä asiaa elämässäni??



Joka tapauksessa, viimeaikaiset vauvatutkimukset ovat paljastaneet, että kaikki ihmiset ovat syntyessään musikaalisia (Aukia 2008, 64–65). Mutta mitä tapahtuukaan ihmisten kasvaessa aikuisiksi. Erittäin iso osa muuttuu “epämusikaaliksi” – ja jo aika varhaisessa lapsuudessa. Jos ei musiikin opetusta pystytä järjestämään niin, että ihmisten luontainen musikaalisuus säilyy, on jotain pahasti vialla! Jos ei lapsia saada edes musiikin tunnilla innostumaan, niin on jotain vialla. Ja maailmassa on tarjolla vaihtehtopedagogiikan muotoja, joiden parissa musiikinopetus oikeasti innostaa ihmisiä (esim. Steiner-pedagogiikka) (ks. esim. Paalasmaa, 2009).

Yleensäkin muusiset taiteet kuuluvat keskeisesti ihmissielun tasapainottamiseen ja elämässä innoituksen ja inspiraation hakemiseen. Jo Platon esitti aikanaan musiikin harmoniaa opettavana, sielun valppautta herättävänä ja kauneuteen aukaisevana. Nykyaikana muusiset taiteet ovat kouluissamme “lapsen kengissä”; kun lapsista ja nuorista yritetään kouluttaa tehokkaita aikuisia. Myös “*opin tuottamat nautinnot*” sinänsä kuuluvat tähän harmoniaa tuottavaan luokkaan; mikäli kyseessä ei ole oppimisen nälkä ulkoisten meriittien takia, tai mikäli oppimisvaikeudet eivät estä oppimisen nautintoja. (*Filebos 51a-53c; Valtio 401d.*) Näihin ongelmakohtiinkin nimenomaan muusiset taiteet voivat tuoda lievitystä.

**Muusiset taiteet ovat kasvatuksessa nykyistä isommassa asemassa, JOS tavoitteena on oikeasti aito hyvinvointivaltio – joka koostuu tasapainoisista ihmisistä, jotka ajattelevat yleistä etua samalla säilyttäen oman ainutlaatuisuutensa - yksilöinä yhteisössä.** Esimerkiksi tietyn tempon omaavalla barokkimusiikilla on havaittu olevan samanlainen rauhoittava ja harmonisoiva vaikutus aivoissa hyvinkin lyhyessä ajassa, kuin meditatiivisilla harjoituksilla, tai kun ihminen päätyy spontaanisti *flow*-tilaan. (ks. esim. Dryden & Vos 1996; Csikszentmihalyi 1992.) Mutta **tällaista tietoa** käytetään vähän, liian vähän – **sitä tulisi käyttää enemmän.**

**Maailman kiireisin tehtävä ei ole opettaa kaikille systeemiteoriaa, vaan tärkeämpää on oppia näkemään, mitä tarvitaan tietoisuuden tasojen sisäisten ”portaiden” nousemiseen.** Maailman suurin ongelma eivät ole sodat, saasteet ja ilmastomuutokset, sillä vain yksilöiden sisäinen puhdistuminen ja muuttuminen voi pitkällä tähtäimellä ratkaista ulkoiset ongelmat. Kun sisäinen on kunnossa, niin se heijastuu automaattisesti ulkoiseen. (Wilber 2000a, 525.)

Mutta on toki hyvä muistaa sekä tiedostaa, että ei mikään - ei filosofia, ei dialektiikka, ei tieteet, ei taiteet, ei meditatiiviset harjoitukset, ei kontemplaatio, ei mikään määrä tietoa, eikä mikään määrä uskoa - tee meistä oman kohtalomme absoluuttisia haltijoita. Oli perinne mikä hyvänsä, niin kehitys harvoin on mitenkään selkeän suoraviivaista. Vaikka kehitysvaiheiden kautta kulkevaa kasvua voidaankin tietoisesti pyrkiä nopeuttamaan, niin kasvun ongelmia ja kehityshaasteita on mahdoton välttää. Mitä tahansa voi tapahtua minä hetkenä hyvänsä, mutta ihmisyksilö ja -ryhmät voivat kuitenkin yrittää edesauttaa, jotta ihmisen korkein potentiaali voisi toteutua. **Mitään takeita ei elämä anna mistään, mutta omaa ”kerrointa” voi parantaa käyttäkseni veikkaustermiä. Ja tämä tulisi ottaa paremmin huomioon myös formaalissa kasvatuksessa.** (ks. esim. Wilber 2009; myös Klemola 2004.)

Niin; meille opetetaan tavallisesti kouluissa, kodeissa ja päiväkodeissa kuinka liikkua ja käyttäytyä ulkoisessa maailmassa; mutta meille ei opeteta kuinka liikutaan omassa sisäisessä maailmassa. Meditaatio, tietoisuutaidot, silkka läsnäolo, tai fenomenologinen itsetutkiskelu kaikista tehokkaimmilla ja vanhimmilla metodeilla liitetään usein uskontoihin ja rituaaleihin, mutta näin ei tarvitse olla; eikä näin saisi olla, sillä inhimillisen kehityksen elinehto on syvemmälle ihmisyyteen meneminen. Meditatiiviset harjoitukset sekä lukuisat muut tietoisuutaidot ovat halpoja ja äärimmäisen hyödyllisiä keinoja lisätä sekä kehon että mielen terveyttä ja yleistä hyvinvointia. Mutta sen lisäksi, pitkään harjoituksia tehneet ihmiset todistavat, että kaikista syvin onni ja rauha on saavutettavissa meditaation ja tietoisuustaitojen avulla – ja **se on jotain, jota tulisi opettaa yleisesti jo kouluissa. Ja se on jotain, joka tulisi ehdottomasti liittää opettajain koulutukseen.** (ks. esim. Partanen 2011; Coulter 2007; Klemola 2004; Tolle 2007.)

Korkeakouluissa opitaan ratkomaan ongelmia. Luodaan tutkimusongelmia ulkoisessa maailmassa, joita sitten ratkotaan. Samaan aikaan tutkijan oma sisäinen maailma on usein täysin solmussa. Minä en halunnut määritellä tutkimusongelmaa tässä työssä, koska tässä ei loppujen lopuksi ole kyse ongelmien ratkaisemisesta. On kyse sen oivaltamisesta, että tavallaan ongelmia ei ole. On vain tilanteita, jotka joko käsitellään *nyt*; tai niiden annetaan olla ja ne hyväksytään osana läsnä olevaa hetkeä, kunnes ne muuttuvat tai kunnes niitä voidaan käsitellä. Ongelmat ovat mielen luomia ja ne

tarvitsevat psykologista aikaa pysyäksään elinvoimaisina. Ne eivät voi selvitä läsnä olevan hetken todellisuudessa. (Tolle 2006, 74.) Sanoisin, että **läsnä oleva hetki on Elämän idea.**

Suurin este muutoksille sekä yksilöllisellä että organisatorisella tasolla on usein muutosvastarinta. A. de Mello (2009) muistuttaa tästä terävästi sanoessaan: ”*Jos todella haluatte havahtua hereille, niin ensimmäinen asia, jonka haluan tiedän oivaltavan on, että te ette halua herätä. Heräämisen ensimmäinen askel on, että olette riittävän rehellisiä myöntääksenne että ette pidä siitä.*” (se Mello 2009, 11.) Kaikkia meditatiivisia harjoituksia ja tietoisuustaitoja yhdistää yksi olennainen asia: Keskittyminen yhteen asiaan kerrallaan. Näin ollen, esimerkiksi voin oman kokemukseeni nojaten sanoa, että Alexander-tekniikan ohjeet keho/mieli-konstruktion käytön suhteen, astangajoogan ”vapaa” hengitys ja juurilukko, vipassanan kehon tuntemusten tarkkailu, zenin tietoinen hengitys - jopa hengitysten laskeminen – tai Eckhart Tollen opettamat yksinkertaiset metodit (2006, 2007) ovat kaikki käyttökelpoisia työkaluja lisätä tietoisuutta *tässä ja nyt*. Tämä taas, johtaa mielen ”lörpöttelyn” vähenemiseen JA *näkemisen* lisääntymiseen. **Tällöin saamme elämästä ja itsestämme enemmän irti.** Toisin sanoen, alamme täten aistimaan enemmän, joka on yksi merkki tietoisuuden tason kohoamisesta ihmisessä.

Jokainen negatiivinen emotio, jota ihminen ei todella kohtaa ja tunnusta itsessään, sillä hetkellä, kun se nousee pintaan, jatkaa elämäänsä osana ihmisen kärsimyskehoa. Varsinkin lasten on vaikea usein kohdata negatiivisia tunteita itsessään, jolloin he pyrkivät tukahduttamaan ne. Tällä tavoin tuo ns. kärsimyskeho saa siis pitkälti alkunsa – ja vahvistuu vahvistumisestaan. Jotta tämä voitaisiin välttää tarvittaisiin tarpeeksi korkealla tietoisuuden tasolla oleva aikuinen, joka johdattaa lapsen rakkaudella ja ymmärryksellä kohtaamaan myös negatiiviset tunteet turvallisessa ilmapiirissä. Mutta valitettavan usein ainoa keino lapsella tosiaan on tunteiden tukahduttaminen, jolloin tämä tukahduttaminen synnyttää mielen mallin, jota käytetään vielä aikuisenakin. Tämä on eräänlainen resepti huonosti toimivalle mieli/keho-konstruktiolle – resepti onnettomalle elämälle. (Tolle 2005, 141-144; 169-172.) **Täten hyvään koulutukseen kuuluvat tietoisuustaidot; ja hyvä koulutus kuuluu kaikille.**

**Jatkotutkimusehdotuksina** minulla tulee mieleen seuraavanlaista aiheeseen liittyvää:

Jonkin spesifin, tapauskohtaisesti valitun, meditatiivisen harjoituksen tai tietoisuustaidon käyttö osana koulutusta mahdollisimman monella koulutustasolla; ainakin yläaste, lukio/ammatti-instituutti, yliopisto/ammattikorkeakoulu, työorganisaatiokoulutukset. Lasten kasvatuksessa kärsimyskehon tunnistaminen ja nimeäminen ”leikin varjolla” lapsen omalla kielellä? Nuorten kasvatuksessa muusisten taiteiden käyttö kärsimyskehon purkamisessa? Parisuhdeterapiassa oman ja kumppanin kärsimykehon tunnistaminen, tunnustaminen ja toimiminen sen mukaan? Sekä viimeisenä, mutta ei vähäisimpänä ehdotuksena: suomalaisen järjestelmään sopivan kasvatustieteellisen sovelluksen luominen Wilberin teorialle. Wilber on itse luonut sovelluksia integraaliteoriasta politiikan, hallinnon, lääketieteen, liike-elämän, koulutuksen ja tieteen saralle (Wilber 2004).

Tai itselleni voisi olla sopiva tapa jatkaa tätä aihetta keskittymällä nimenomaan erityisosaamisalueeseen eli joogaan – nyt halusin käsitellä asiaa mahdollisimman yleisellä tasolla. Kaiken kaikkiaan tämä on itsellenikin ollut päänavaus tämän alueen tutkimiseen tästä näkökulmasta. Ja sen takia esimerkiksi varsinaisen kasvatustieteellisen lähdeaineiston käyttö jää varsin ohueksi. Kaiken kaikkiaan se, että kuinka teoria ja käytäntö yhdistetään on yksi kasvatustieteen keskeisistä ongelmista (Kivelä 1997); ja se on myös tässä tämän työn aiheessa se varsinainen koetinkivi, jonka tutkiminen osaltani on vielä ehkä tulollaan...

## 7 Pohdintaa

*"My teaching, if that is the word you want to use, has no copyright. You are free to reproduce, distribute, interpret, misinterpret, distort, garble, do what you like, even claim authorship, without my consent or the permission of anybody."*

- U.G. Krishnamurti -

Tuossa yllä ”se vähemmän tunnettu” Krishnamurti kuvaa omalla lyömättömällä tavallaan osuvasti korkeimman tason tietoisuuden tason saavuttaneen *henkilön* tapaa suhtautua asioihin. Ei ole väliä omaisuudella, ei kunnialla, ei maineella, ei persoonallisella *egolla*. Myöskin tämä ”allekirjoittanut” - vaikka ei väitäkään olevansa lähelläkään korkeinta mahdollista tietoisuuden tasoa oleva henkilö – suhtautuu tässä työssä esitettyihin asioihin samalla tavalla. Minulle ei ole väliä, saanko krediittejä, jos joku joskus sattuu siteeraamaan minua tähän aiheeseen liittyen. Vain se on minulle tärkeää, että nämä tämän kaltaiset ajatukset leviävät tässä maailmassa. Sillä aika on jo korkea...

”Metafysiikka”-termin alkuperä on Aristoteleen (1990) saman nimisessä teoksessa ja kreikan kielen sanoissa ”*me ta fysika*” eli ”fysiikan jälkeen” (Aristoteleen ”Metafysiikka”-teos julkaistiin saman henkilön ”Fysiikka”-teoksen jälkeen). Ja metafysiikka on aikojen saatossa saanut merkityksen, joka viittaa todellisuuden perimmäistä luonnetta koskeviin asioihin, jotka jäävät fysiikan (tai yleisemmin luonnotieteiden) tutkimuskentän ulkopuolelle.

Jos sovellamme tähän evoluution fysio-, bios-, noos- ja teosfääri -jatkumoa, niin fysiikan jälkeistä eli metafysiikkaa on jo biologia. Psykologia – ja itse asiassa kaikki humanistiset- ja yhteiskuntatieteet – ovat puolestaan metabiologiaa. Ja kontemplaation,

meditatiivisten harjoitusten ja tietoisuustaitojen avulla voimme sukeltaa metapsykologiaan – tai laajemmin ja yleisimmin – meta-tieteeseen. Eli niihin asioihin, jotka tulevat seuraamaan tiedettä ihmisen kollektiivisessa kehityksessä. Olen oikolukenuk tämän työn Mysoressa, Intiassa. Törmäsin täällä räätäilillä paikalliseen filosofiaan ja matemaatikkoon nimeltä A.V.G. Rao, joka antoi minulle teoksensa ”See God Through Mathematics” (2010), joka päättyy, tähän yhteyteen sopivasti, sanoihin ”*The Highest Point of Science is the Beginning of Philosophy*”.

Ranskalainen filosofi Henri Bergson (1859-1941) on puolestaan sanonut, että ”*mystikoiden ei tarvitse muuta kuin olla olemassa, heidän olemassaolonsa itsessään on kutsu meille muille*”. Tänä maailmassa enemmistö kuitenkin vierastaa mystikoiden kutsua. Tämän päivän usko tieteeseen, poliittisiin ideologioihin, materialismiin, hedonismiin, egoismiin, mediaan, kirkkouskovaisuuteen ynnä muuhun myyttisen tason uskonnon harjoittamiseen toimivat estona *suoraan henkilökohtaiseen henkisyyteen*. Mutta silti tuo mystikoiden kutsu on yhä yhtä ikaikaisen salaperäisen elinvoimainen, siitä huolimatta, että me olemme löytäneet sosiaalisten, psykologisten, biologisten ja materiaalien infrastruktuurien voiman – ja jääneet niiden vangiksi.

Muun muassa luonnontiede, marxismi, darwinismi ja psykonalyysi ovat antaneet meille oppitunteja mystifioinnin mekanismeista – ja, osin niihin perustuen, henkisyyteen keskittymistä pidetään usein eskapismina. ”Puhtaan henkisyyden” eli materiaalien ja biologisen maailman totaalisen unohtamisen kritiikissä onkin jotain äärimmäisen tervettä. Mutta toivon, että kun henkisyys esitetään tällä tavalla tietoisuuden tasoina – ja niiden monimuotoisena jatkumona - niin huomataan, että henkisyydessä ei ole kyse eskapismista, vaan luonnollisesta evoluutiosta, jonka yksi askel on rationaalisuus (ks. liite 1). Tietyllä – tässä työssä kuvatulla - tavalla henkistä tietä kuljettaessa, ollaan läsnä muiden ihmisten parissa jopa vahvimmalla mahdollisella tavalla – eikä näin ollen todellakaan paeta todellisuutta.

Henkisyys ei ole ”huuhaata” vaikkei siinä tavoiteltavia asioita voi välttämättä tieteellisesti todistaa – mutta ne voi todista itse itselleen, jos seuraa jonkun viisaustradition kartoittamaa polkua riittävän pitkälle. Mutta jos henkisyys, johtaa esimerkiksi sokeaan uskoon ilman, meditatiivisia harjoituksia ja tietoisuustaitoja, saadaan tulokseksi ”pimeää keskiaikaa”. (Wilber 2000a, 338.) Anthony de Mello (2009,

90) kirjoittaakin, että ”*Uskonnon tulisi tehdä meidät tietoisemmiksi, herättää todellisuuteen*”... Tästä nimenomaan on viisaustraditioiden meditatiivisista harjoituksista kyse – tietoisuuden lisäämisestä.

**Tietoisuus** on yksi näkökulma elämään, eräänlainen perspektiivin keskiö. (”Perspektiivin” etymologia tulee tässä meitä vastaan; nimittäin, latinan verbi *perspicere* tarkoittaa ”katsoa tarkkaan” ja adjektiivi *perspicax* on ”tarkkanäköinen” (ks. Hadot 1993, 29).) Ihmisen SE *Itse* eli transendenttinen *ego* on yhtenevä sen ”pisteen” kanssa minäsystemissämme, josta *tarkkanäköisyys* avautuu – katsomme sitten ulkoista maailmaa tai omaa sisäistämme. Jotta transpersoonalliset tasot - eli psyykkinen, hienosyinen tai kausaalinen taso - ovat meidän hallussamme, sen täytyy olla tiedostettua. Tietoisuuden tasoilla noususta puhuminekin on monien mielestä ylpeyttä. Joten rationaalisuuden tuolle puolen menosta puhuminen on sosiaalis-poliittisessa mielessä ehkä huono idea - monien mielestä, se on suorastaan perisynti tai rikos luontoa ja ihmisten tasa-arvoa vastaan. Ja näin ”elämän suuren ketjun” hahmotelmasta on tehty vankila tai luola, josta ei saa pyrkiä kohti valoa...

Tietoisuuden tasot ovat kuin nuorallatanssijan nuora kahden osin ”pimeän” alueen välissä. On toisaalta kehomme, jonka toiminnoista suuri osa on tietoisuutemme ulkopuolella; iso osa elintoiminnoistahan, kuten verenkierto ja ruoansulatus, tapahtuu automaattisesti. Ja on puolestaan ”hiljainen henkemme” *Itse*, jonka *näkee*, josta ovat tietoisia, johon samastuvat vain ”harvat ja valitut”. Mutta *logos*-järjen avulla voimme löytää näiden olemisemme ylä- ja alatasojen olemassaolon. Mutta me emme ole, *mitä todella olemme*, ennen kuin tulemme tietoiseksi kaikista näistä eri tasoista. Sen takia hengitys on hyvä tarkkailun ja harjoituksen väline; koska se on yhtä aikaa automaattinen ja tahdonalainen toiminto; se on kehon ja Hengen rajapinnalla, jota mieli ja tunteet seuraavat – hengitys kertoo aina tunnetilastamme jotain.

Esimerkiksi psykologinen pelko kohdistuu aina johonkin, joka saattaa tapahtua; se ei siis kohdistu mihinkään mikä on läsnä nykyhetkessä. Elämä tapahtuu aina nykyhetkessä, mutta mieli on usein jossain toisessa ajassa ja paikassa – jolloin hengitys on usein hyvin pinnallista. Tämä ristiriita luo aina tilanteen, jossa ei eletä täysillä tätä hetkeä – ei hengitetä eli ei eletä täysin siemauksin, voisi sanoa. Usein ”täysillä elämisellä” arkikielessä viitataan runsaaseen päihteiden käyttöön, seksuaaliseen

promiskuiteettiin tai extremelajien harrastamiseen; mutta oikeastaan täysillä eläminen sopii mielestäni paremmin kuvaamaan totaalista olemista nykyhetkessä, laadukasta hengittämistä ja oman elämänsä hyväksymistä sellaisenaan – riippumatta siitä mitä tekee.

Usein taiteilijoilla on hieno intuitio perimmäisten asioiden suhteen, vaikka he itse olisivakin olleet emotionaalis-psykykkisesti suhteellisen ”sekaisin”, hakien lohtua juuri kaikenlaisista ulkoisista asioista. Esimerkiksi amerikkalainen kirjailija Henry Miller toteaa Kauriin kääntöpiirissä: *”Hyvyyden säteileminen on suurenmoista, sillä se on piristävää, vahvistavaa, elvyttävää. Mutta pelkkä oleminen on vieläkin suurenmoisempaa, sillä se on loputonta eikä vaadi todistamista...”*

Tietoinen oleminen – läsnäoleminen - merkitsee sitä, että ihminen vain on se joka on. Niin kauan kuin meillä on ”voimassaoleva sopimus” *läsnäolon* kanssa – eli kun olemme läsnä - ovat sisäinen ja ulkoinen maailma yhtä, mutta kun mieli alkaa harhailemaan pois tästä hetkestä syntyy jako mielen ja kehon välillä. Tietoisella läsnäololla voi alkaa tutustumaan sisimmässään siihen hyvään, jolle ei ole vastakohtaa – Hyvän ideaan - näin tuntien kaiken ulkoisesta täysin riippumattoman Olemisen ilon. Virtauskokemuksellisissa hetkissä voimme tuntea luonnollista iloa ja nautintoa, jotka eivät ole katoava luonnonvara.

Jos onnistumme – korttipeliterminologiaa käyttäen – saamaan elämässämme niin hyvän jaon, tai pelaamaan korttimme niin hyvin, että tuo ilo ja nautinto pitkittyy, samalla ilon ja nautinnon irrotaessa yhä pienemmistä asioista; niin alamme puhua onnentunteesta. Jos ja kun olemme riittävän korkealla tietoisuuden tasolla, niin saamme tuntea todellisen *eudaimonian* eli autuuden, jolloin voimme ”repiä” iloa ja onnea niinkin vähäisestä asiasta kuin Oleminen itsessään – oleminen *Itsessä*. Ja loppujen lopuksi tuo itse Oleminen ei olekaan kovin vähäinen asia; vaan se on pikemminkin kaiken pohja eli kaikessa yksinkertaisuudessaankin Se Suurin Asia – joka on piirretty ja muotoiltu *Tyhjyyteen*. Postmodernissa maailmassa ei enää haluta uskoa johonkin päämääränomaisesti, mutta kokonaiskuvan pelkkä tavoittelukin tuo yleensä päämäärän mukanaan. Kaiken kaikkiaan, *Kosmoksen* voi siis nähdä järjellisenä kuviona, joka on piirretty Tyhjyyteen.



Tietynlaisen ”henkisyiden” kritiikki on ehdottoman tärkeä osa esityksessä, joka tähtää suoraan henkilökohtaiseen henkisyyteen - mutta olisi suuri virhe yrittää sulkea kaikki mystiikka pois elämästä. Mystiset kokemukset ovat erittäin merkittävä osa ihmiskunnan historiaa yleensäkin. Tiettyjen korkealla tietoisuuden tasolla olleiden mestareiden kokemukset, ja niiden pohjalta syntyneet opetukset, ovat muovanneet tätä maailmaa todella paljon. Silloin kun opetuksia on ymmärretty oikein on saatu aikaiseksi paljon hyvää; ja vastaavasti silloin kun opetuksia on ymmärretty väärin on saatu aikaiseksi paljon ”pahaa”, tai on tapahtunut paljon tiedostamatonta käytöstä, joka on tuottanut kärsimystä. Ja yleensäkin, ihminen luonnostaan sisältää – usein latenttina olevan – potentiaalin ja kapasiteetin mystiseen. Ja tuo mystinen alkaa tihkumaan läpi arkielämä(ä)n, kun *läsnäolon voima* täyttää olemisen.

JOS kiellämme materiaaliset, psykologiset tai kulttuuris-sosiaaliset tarpeemme henkisyiden nimissä, niin mystifioimme ihmisen väärällä tavalla. MUTTA ihan sama mekanismi toimii, kun redusoimme ihmiselämän vain siihen määrällisesti tutkittavissa olevaan – sekin on asioiden vääristelyä. Modernissa maailmassa meidän sisäinen elämämme ei koskaan voi olla täysin ”yhdestä puusta veistettyä” - se ei voi olla kaiken aikaa puhdasta ekstaasia, tai puhdasta rationaalisuutta, sen enempää kuin puhdasta eläimellisyyttäkään. Eräs Merleau-Pontyn (1945) lahjoista filosofialle on huomio, että havainto - eli eletty kokemus elämän monitasoisuuden täyteydessään – antaa tieteelliselle tiedolle tarkoituksen. Nyt kun elämä on monilta osin latistettu modernissa maailmassa, niin elämä on monien osalta menettänyt merkityksensä – ja sitten sitä merkitystä haetaan... aistinautunnoista, tai vaikka uusista vaatteista ja uudesta kännykästä – eli kaikenlaisesta katoavaisesta ulkoisesta hyvästä, joka sekin perustuu luonnonvaroihin, mutta ei yleensä ehtymättömiin sellaisiin.

Platon (1999) puhuu paljon järjestä, jonka avulla suuntaudutaan kohti hyvää elämää - kohti *Hyvän ideaa*. ”Järki” on myös hankala sana monimerkityksellisyydessään; koska sitä käytetään niin paljon arkipuheessa, mutta ei välttämättä ihan samassa merkityksessä kuin Platon. Olen useinkin kuullut seuraavan sitaatin: ”*Wisdom becomes knowledge when it becomes your personal experience.*” Ja ”*Knowledge becomes wisdom when it becomes your personal experience.*” Lausutaanko tuossa kaksi vastakkaista mielipidettä ”viisauden” ja ”tiedon” järjestyksestä? Vai viitataanko sillä samaan asiaan, mutta niin että sanoja ”*wisdom*” ja ”*knowledge*” käytetään eri tavoin? Minun mielestäni kyse on

jälkimmäisestä vaihtoehdosta; eli molemmilla lauseilla halutaan sanoa sama asia. Samoin Platonin ”järki” on jotain, joka on elettävä todeksi oman kokemuksen kautta.

Platon käytti usein sanaa *logos*, joka vanhassa kreikkalaisessa mystiikassa tarkoittaa maailmanjärkeä ja/tai *-henkeä*. Korkeammille *tietoisuuden* tasoille kohotessaan ihminen saa intuitiivisen yhteyden juuri tähän *maailmanhenkeen/sieluun* ja/tai universaalijärkeen. Nykyään taas puhutaan usein ”terveen järjen” käytöstä. Esimerkiksi vakituisen työpaikan hankkiminen osoittaa ”tervettä järkeä”; riippumatta siitä kuinka eettisesti kestävää ko. työ on. Taiteen tekeminen taas välttämättä ei osoita ”tervettä järkeä”. Ei vaikka taiteen tekeminen olisi oman ”sydämensä seuraamista” – järjen ja sydämen ei useinkaan ajatella mahtuvan samaan aikaan, samaan ihmiskehoon. Oman sydämen ääni, jota voisi kutsua myös intuitioksi, on yleensä enenevässä määrin oikeaan eli *Hyvän ideaan* osuvaa, kun harmonia yksilön toiminnan ja kokonaisuuden välillä kasvaa. Näin tapahtuu asteittain, kun *tietoisuus* yksilössä nousee, ollen kaiken aikaa paremmin synkroniteetissa kaiken kattavan *tietoisuuden ja elinvoiman* kanssa.

Valtakulttuurin mukaisen elämän oletetaan usein olevan ”terveen järjen” mukaista, vaikka historia osoittaa, että monet jälkeen päin hyvänä pidetyt sosio-kulttuuriset muutokset ovat lähteneet liikkeelle toisinajattelijoista, jotka ovat alkujaan toimineet ”terveen järjen” vastaisesti. Niin, ”järki”-sanan kukin henkilö ymmärtää omasta lähtökohdastaan käsin – ja nimenomaan oman *tietoisuuden* tason mukaisesti. Rationaalisen tason ihmisen ”järki” on usein, *ratio*-sanan mukaisesti, oman taloudellisen edun tavoittelua. Platonin ylistämä järki taas tulee esiin yksilössä elettäessä harmoniassa kokonaisuuden kanssa. Kokonaisuuden kanssa eletään harmoniassa sitä enemmän, mitä korkeammalla *tietoisuuden* tasolla ihminen on. Rationaalisen tason ihminen ei voi edes ymmärtää mitä Platon tarkoitti, koska Platon luultavasti oli enemmän kokonaisuuden kanssa harmoniassa, kuin ihmisten enemmistö vielä tänäkään päivänä.

Akateeminen filosofi Thesleff (1989, 467) puolestaan kirjoittaa: ”*Usko ja tunteet kuuluvat keskeisinä tekijöinä ihmiselämään, mutta parhainta elämä on silloin kun niitä hallitsee järki, joka kykenee kritiikkiin ja yleisnäkemykseen.*” Minusta taas tuntuu, että jos tavallinen ihminen, kuten minä, sortuu elämään liian yksipuolisesti vain yhden olemuspuolensa kautta – oli se sitten järki, tunteet tai usko – niin tie tietoisuuden

tasoilla on pystyssä. Tällöin tukahdutan itseäni ihmisenä ja yleisnäkemys jää taatusti vajaaksi ja hyvin rajoittuneeksi. Tarvitsemme kokonaisvaltaista *antautumista* elämälle! Ja ihmisenä teemme sen kokonaisvaltaisimmin käyttämällä mieltä, sielua ja ruumista; järkeä, uskoa ja tunteita. Mitä enemmän päästämme irti ja antaudumme elämälle, sitä paremmin huomaamme, että voimme ottaa elämäämme omaan hallintaamme ja suostua ihmisenä olemisen epävarmuuteen. Usein juuri eri tavoin pysäyttävien kokemusten murskaava vaikutus pakottaa ihmisen ajattelemaan uudella tavalla, kokemaan syvempiä tunteita ja suhtautumaan muihin myötätuntoisesti.

Me kaikki haluamme olla onnellisia, ja haluamme tuntea itsemme eheäksi. Psykkistä eheyttä ei voi saavuttaa uudellen järjestämällä mielen sisältöjä uusiin ”lokeroihin”, eikä onnea voi saavuttaa ajattelemalla ”päänsä puhki”. Mieli on eräänlainen vankila. Psykkisen eheyden voi saavuttaa vain kaatamalla tuon vankilan seinät kokonaan - hiljentymällä. Mieltä voi silti käyttää työkaluna aina tarvittaessa; mutta aina uudesta tuoreesta näkökulmasta ilman niitä vankilamaisia raja-aitoja – joita myös luolan seiniin voisi verrata...

Tämä onkin yksi ihmisenä olemisen paradoksi: Kun unohdame itsemme – tai pääsemme persoonallisen *egon* tuolle puolen – olemme enemmän oma itsemme ja koemme enemmän onnen tunteita. Mutta me emme enää kuvittele kuuluvamme itsellemme, emmekä me omista lapsiamme; tässä mielessä emme omista edes itseämme, vaan se kuuluu Yhdelle Elämälle, joka virtaa kaiken läpi. Onnistunut meditaatio on sielun invaasio tähän maailmaan - tavalla, joka ei jätä sijaa persoonalliselle *egolle*. Ja aina kun tapahtuu sisäinen paradigman muutos, se näkyy kasvoilla, silmissä, kehossa jne. **Tietoisuuden tason muutos ihmisessä on aina tosiaankin sisäinen paradigman muutos suhteessa koko elämään.** Persoonaa, ulkoinen kuva itsestä, muuttuu tapauskohtaisesti enemmän tai vähemmän; ja identiteetti, sisäinen minätunne, muuttuu taatusti jopa radikaalisti.

Havainnollistaakseni vielä *egon* eri vaiheita - ja näitä minuuden kahta eri tasoa; tietyssä vaiheessa olevalla ihmisellä empiiristä *egoa* on, itse asiassa, hyvä ensin vahvistaa erilaisten meditatiivisten harjoitusten avulla – koska ihmisillä on usein hyvin heikko itsetunto - ennen kuin voidaan turvallisesti alkaa transendenttoimaan empiiristä *egoa* ja häivyttämään persoonallista *egoa*. Muuten voi käydä, niin kuin helposti henkisissä

piireissä usein käy: Aiemmin meillä oli maailmallinen *ego*, ja sitten sen korvaa hengellinen *ego*, mutta yhtä kaikki persoonallinen *ego* säilyy oman samaistumisen pääasiallisena kohteena (de Mello 2009, 128). Tätä ihmisen kykyä katsoa mieli/keho-konstruktiotaan sekä subjektin että objektin näkökulmasta on länsimaisessa filosofiassa kutsuttu *kaksoiskosketukseksi* (Klemola 2004, 60–61).

Todellinen vapaus, vapaus mielen subjektiivisesta vankilasta, siis vaatii kivuliaan matkan ylös luolasta - ja ulos auringon valoon... johon on totuteltava asteittan. Turha luulla, että mikään uusi voisi syntyä kepeästi, perustuksia vavisuttamatta. Ihmisen lapsi syntyy tähän maailmaan huudolla ja parulla, ahtaan puristuksen läpi. Samalla tuskalla syntyy kaikki uusi... Uusi on raikasta sille, joka uskaltaa. Pelkurin maailmaa se rikkoo...

Transmodernina - ja toisaalta meritokraattisena - aikanamme kaikille lapsille tulisi tarjota ainakin teoreettinen mahdollisuus saada paras mahdollinen koulutus. Kaikista ei tietenkään voi tänä päivänäkään tulla Filosofeja, koska kaikilla ei yksinkertaisesti ole taipumuksia siihen – ja tarvitaan myös kauppiaita, sairaanhoitajia, siivoojia, putkimiehiä, bussikuskeja, ohjelmoijia jne. Mutta sitä ei voi varmuudella vielä esikoulussa tai alkuopetuksessa olevasta lapsesta tietää, että millä tavalla hän voi tuoda eniten tähän maailmaan – täyttää oman itsensä kokoisen paikkansa - omilla kyvyillään ja lahjoillaan. Siksi kaikille lapsille tulisi antaa jo formaalin opintien alkuvaiheessa työkaluja tietoisuustaitojen muodossa, jotka voivat auttaa itsetuntemuksen – ja samalla myös kontemplatiivisen filosofian - tiellä.

Aloitin tutkimukseni teon ”antiikkisesta” **Platonista** (ja myös päätän pohdintani hänen sanoihinsa). On syytä olettaa, että Platon tulee säilymään tutkijoiden mielenkiinnon kohteena jatkossakin. Hänhän käsittelee ajattomia elämänkysymyksiä. Ja esimerkiksi Thesleffin (1989, 465) mukaan Platonin tapa jättää nämä kysymykset usein avoimeksi, on paras tae sille, että keskustelu hänen dialogiensa ympärillä tulee elämään. Toisaalta taas Findlayn (1974, 6) mukaan Platon, joka vain muka leikitteli ajatuksilla ja argumenteilla on korruptoitunut Platon – eikä vakavan tutkimuksen arvoinen *per se*.

Siis, ”huuhtokaamme suolaveden maku kieleltämme käymällä virkistävän tuore keskustelu”...

## “Päätesanat”

*\* Sisältäni portin löysin \* melkein huomaamattoman  
kun sen läpi hiljaa nousen \* näen toisin maailman  
värit kauniit vasta huomaan \* kuulen äänet kirkkaammat  
jätän soinnuttomat luolat \* jätän varjot hoippuvat \**

- Pekka Streng -

## **Lähteet**

Allen, W. 1983. Jumala. Helsinki: Suomen Teatteriliitto Ry.

Argyris, C. & Schön, D. 1978. Organizational Learning: a theory of action perspective. London. Addison-Wesley.

Aristoteles. 1981. Nikomakhoksen etiikka. Helsinki. Gaudeamus.

Aristoteles. 1990. Metafysiikka. Helsinki: Gaudeamus.

Aristoteles. 1991. Poliitiikka. Jyväskylä: Gaudeamus.

Augustinus. 2003. Tunnustukset. Helsinki: SLEY-Kirjat.

Baltes, M. 1997. Is the Idea of the Good in Plato's *Republic* Beyond Being? Teoksessa Joyal, M. Studies in Plato and the platonic Tradition: Brookfield, USA: Ashgate. (3–24.)

Bereiter, C. & Scardamalia, M. 1993. Surpassing Ourselves. Chicago and La Salle, Illinois: Open Court.

Berger, K. S. 2001. The Developing Person through the Life Span. New York: Worth Publishers.

Brandt, K. 2009. Saatesanat. Teoksessa Wilber, K. Kaiken lyhyt historia. Helsinki: Basam Books.

Bréhier, E. 1967. The Philosophy of Plotinus. Chicago: The University of Chicago Press.

Broo, M. 2010. Joogan filosofia. Patanjalin Yoga-Sutra. Helsinki: Gaudeamus.

Buber, M. 1999. Minä ja Sinä. Juva: WSOY.

Capra, F. 1983. Fysiikka ja Tao: tutkimus nykyajan fysiikan ja itämaisen mystiikan yhteneväisyyksistä. Juva: WSOY.

Carlson, L., Knuuttila, S. & Thesleff, H. 1999. Esittelyjä ja selityksiä Teoksessa Platon. Teokset III. Helsinki: Otava. (355–420.)

Chopra, D. 2001. Perfekt hälsa: det helande sammanbandet mellan kropp och själ. Stockholm: Forum.

Cleary, T. (toim.) 1989. Zen Essence. The Science of Freedom. London: Shambhala.

Coulter, D.H. 2007. Anatomy of Hatha Yoga. A Manual for Students, Teachers and Practitioners. Delhi: Motilal Banarsidass Publishers.

Csikszentmihalyi, M. 1992. Flow. Den optimala upplevelsens psykologi. Stockholm: Natur och Kultur.

Daniels, H. & Gardner, P. (toim.) 2000. Inclusive Education. Supporting inclusion in education systems. London: Kogan Page.

De Mello, A. 2009. Havahtuminen. Helsinki: Like.

Desikachar, TKV & Desikachar, K. 2009. Appendix – I. Teoksessa Adi Shankara's Yoga Taravalli. Chennai: Krishnamacharya Yoga Mandiram. (74–84.)

Dryden, G. & Vos, J. 1996. Oppimisen vallankumous. Ohjelma elinikäistä oppimista varten. Helsinki: Tietosanoma.

Dunderberg, I. & Marjanen, A. (toim.) 2005. Nag Hammadin kätkeyty viisaus. Gnostilaisia ja muita varhaiskristillisiä tekstejä. Helsinki: WSOY.

Dunderfelt, T. 1997. Elämänkaaripsykologia. Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. Helsinki: WSOY.

Dyer, W. W. 2002. Vaikuta Kohtaloosi. Helsinki: Otava.

Findlay, J. N. 1974. Plato. The Written and Unwritten Doctrines. London: Routledge & Kegan Paul.

Foer, J.S. 2009. Eating Animals. Boston: Back Bay Books.

Freud, S. 1994. Johdatus psykoanalyysiin. Jyväskylä: Gummerus.

Freud, S. 1997. The Interpretations of Dreams. Kent: Wordsworth.

Gaarder, J. 1995. Sofian maailma. Helsinki: Suuri Suomalainen Kirjakerho.

Gardner, H. 1993. Frames of Mind: the theory of multiple intelligences. New York: Basic Books.

Gould, J. 1972. The Development Of Plato's Ethics. New York: Russell & Russell.

Greene, B. 2005. Kosmoksen rakenne: avaruus, aika ja todellisuus. Helsinki: Terra Cognita.

Habermas, J. 1979. Communication and the Evolution of Society. Boston: Beacon Press

Hadot, P. 1995. Philosophy as a Way of Life. Oxford: Blackwell.

Hadot, P. 1998. Plotinus or The Simplicity of Vision. Chicago: The University of



Chicago Press.

Hatakka, M. 2002. Maailmankuva ja sisäiset mallit - ”Jokaisen oma todellisuus”. Teoksessa *Psykologia – johdantokurssi*. Helsinki: YLE. (10–25.)

Heidegger, M. 2002. *The Essence of Truth. On Plato’s Cave Allegory and Theatetus*. London: Continuum.

Himberg, Laakso, Peltola, Näätänen & Vidjeskog. 2003. *Kehittyvä ihminen*. Teoksessa *Lukion Psykologia 2*. Porvoo: WSOY.

Hothersall, D. 2004. *History of Psychology*. New York: McGraw-Hill.

Huhmarniemi, R., Skinnari, S. & Tähtinen, J. (toim.) 2001. *Platonista transmodernsimiin*. Turku: Suomen Kasvatustieteellinen Seura.

Iyengar, B.K.S. 2005. *Light on the Yoga Sutras of Patanjali*. New Delhi: HarperCollins.

Iyengar, B.K.S. 2005. *Light On Life*. London: Rodale.

Jois, K. P. 1999. *Yoga Mala*. Helsinki: Sri K. Pattabhi Jois Ashtanga Yoga Community.

Jung, C. 1985. *Unia, ajatuksia, muistikuvia*. Porvoo: WSOY.

Kabat-Zinn, J. 1994. *Olet jo perillä. Tietoisien läsnäolon taito*. Helsinki: Basam Books.

Kant, I. 2004. *Radikaali paha*. Teoksessa Hirvonen, A. & Kotkas, P. (toim.) *Radikaali paha – Paha Eurooppalaisessa perinteessä*. Helsinki: Loki-Kirjat. (11–70.)

Klemola, T. 1996. *Taiji. Liikettä hiljaisuudessa – Hiljaisuutta liikkeessä*. Helsinki: Otava.

Klemola, T. 1997. *Zen-karate*. Helsinki: Otava.

Klemola, T. 1998. Ruumis liikkuu – Liikkuuko henki? Fenomenologinen tutkimus liikunnan projekteista. Tampere: Tampereen yliopisto.

Klemola, T. 2004. Taidon filosofia – filosofin taito. Tampere: Tampere University Press.

Knuuttila, S. 2001. Aristoteelinen teoria hyvästä elämästä. Teoksessa: Huhmarniemi, R., Skinnari, S. & Tähtinen, J. (toim.) Platonista transmodernismiin. Turku: Suomen kasvatustieteellinen seura. (29–40.)

Kornfield, J. (toim.) 2002. Buddhan opetuksia. Helsinki: WSOY.

Knuuttila, S. 1999. Esittelyjä ja selityksiä. Teoksessa Platon: Teokset V. Timaios. Helsinki: Otava. (363–381.)

Krishnamurti, J. 2002. The Revolution from Within. Chennai: Krishnamurti Foundation India.

Kuhn, T. 1994. Tieteellisten vallankumousten rakenne. Juva: WSOY.

Lakoff, G. & Johnson, M. 1999. Philosophy In The Flesh. The Embodied Mind and its Challenge to Western Thought. New York: Basic Books.

Lao-Tse. 1989. Tao-Te-King. Helsinki: AATMA.

Laurikainen, K.V. 1987. Tieteen giljotiini. Helsinki: Otava.

Lenski, G. 2005. Ecological-Evolutionary Theory: Principles and Applications. Boulder: Paradigm Publishers.

MacIntyre, A. 2004. Hyveiden jäljillä. Helsinki: Gaudeamus.

Maehle, G. 2006. Ashtanga Yoga. Practice and Philosophy. Novato: New World Library.

Marion, J. 2000. Putting on the Mind of Christ. Charlottesville, VA: Hampton Roads Publishing.

Mayland, E. L. 1992. Rosen-menetelmä – Tie eheyteen ja hyvinvointiin. Hämeenlinna: Esoterica Publishing.

Mill, J.S. 1982. Vapaudesta. Helsinki: Librum.

Morris, D. 1996. Alaston Apina. Helsinki: Otava.

Multimäki K. & Venna, Y. 1988. Psykologian perustietoa ja käytäntöä. Porvoo-Helsinki-Juva: WSOY.

O'Meara, D.J. 1996. Plotinus. An Introduction to the Enneads. Oxford: Clarendon Press.

Paalasmaa, J. 2009. Steinerkoulun idea ja käytännön sovellukset. Jyväskylä: PS-Kustannus.

Pegis, A.C. (toim.) 1944. Basic Writings of St. Thomas Aquinas. Volume One. New York: Random House.

Piaget, J. & Inhelder, B. 1977. Lapsen psykologia. Jyväskylä. Gummerus.

Pietarinen, J. & Poutanen, S. 1998. Etiikan teorioita. Helsinki: Gaudeamus.

Pitkänen, P. 1994. Platonisen filosofian perusteet. Johdatus Platonin metafysiiseen epistemologiaan. Joensuu: Joensuun yliopisto.

Pitkänen, P. 2001. Platon ja nykyaika. Teoksessa Huhmarniemi, R., Skinnari, S. & Tähtinen, J. (toim.): Platonista Transmodernismiin. Turku: Suomen Kasvatustieteellinen Seura. (13–27.)

Platon. 1999. Alkibiades I. Teokset VII. Helsinki: Otava. (31–84.)

Platon. 1999. Euthydemos. Teokset II. Helsinki: Otava. (?)

Platon. 1999. Faidros. Teokset III. Helsinki: Otava. (143–206.)

Platon. 1999. Filebos. Teokset V. Helsinki: Otava. (267–341.)

Platon. 1999. Gorgias. Teokset II. Helsinki: Otava. (5–105.)

Platon. 1999. Lait. Teokset VI. Helsinki: Otava.

Platon. 1999. Menon. Teokset II. Helsinki: Otava. (107–148.)

Platon. 1999. Parmenides. Teokset III. Helsinki: Otava. (207–260.)

Platon. 1999. Pidot. Teokset III. Helsinki: Otava. (81–142.)

Platon. 1999. Protagoras. Teokset I. Helsinki: Otava. (213–276.)

Platon. 1999. VII Kirje. Teokset VII. Helsinki: Otava. (123–153.)

Platon. 1999. Sofisti. Teokset V. Helsinki: Otava. (5–80.)

Platon. 1952. Symposium. Great Books of the Western World 7. Plato. Chicago: Encyclopaedia Britannica. (149–173.)

Platon. 1999. Theaitetos. Teokset III. Helsinki: Otava. (261–352.)

Platon. 1999. Timaios. Teokset V. Helsinki: Otava. (157–245.)

Platon. 2007. Valtio. Teokset IV. Helsinki: Otava.

Quinn, D. 1998. Ismael. Helsinki: Tammi.

- Rajagopalachari, C. (toim.) 1952. Upanishadit. Helsinki: Ruusuristi.
- Rao, A. V. G. 2010. See God Through Mathematics. m --> M. Mysore: AVG RAO.
- Rawls, J. 1988. Oikeudenmukaisuusteoria. Juva: WSOY.
- Reeve, C.D.C. 1988. Philosopher-Kings. The argument of Plato's Republic. New Jersey: Princeton University Press.
- Rinne, R., Kivirauma, J. & Lehtinen, E. Johdatus kasvatustieteisiin. Helsinki: WSOY.
- Saارين, E. 1985. Länsimaisen filosofian historia huipulta huipulle Sokrateesta Marxiin. Juva: WSOY.
- Shibayama, Z. 1974. Zen Comments on the Mumonkan. New York: Harper & Row.
- Skinnari, S. 2000. Pedagoginen Rakkaus. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Skirbekk, G. & Gilje, N. 2001. A History of Western Thought. London: Routledge.
- Soininen, M. 1995. Tieteellisen tutkimuksen perusteet. Turku: Turun yliopiston täydennyskoulutuskeskus.
- Stern, E. 2008. Johdanto nadien järjestelmään. Teoksessa Räisänen, P.: Nadi Sodhana. Helsinki: Otava.
- Suzuki, T. D. 1994. The Training of the Zen Buddhist Monk. Tokyo: Charles E. Tuttle Co.
- Tenkku, J. 2007. Esittelyjä ja selityksiä. Teoksessa Platon: Valtio. Helsinki: Otava. s. 383 – 428.
- Thesleff, H. 1989. Platon. Helsinki: Otava.

Thesleff, H. & Knuuttila S. 1999. Esittelyjä ja selityksiä. Teoksissa III Platon: Pidot. Helsinki: Otava. (368-385.)

Tolle, E. 2002. Practicing The Power of Now. Mumbai: Yogi Impressions.

Tolle, E. 2005. A New Earth. London: Penquin Books.

Tolle, E. 2006. Läsnaolon voima. Helsinki: Basam Books.

Tolle, E. 2007. Uusi Maa. Helsinki: Basam Books.

Varto, J. 1993. Merkintöjä Platonista. Platonista ja Platonin filosofiasta. Tampere: F1TTY.

Viitala, J. 2004. Inhimillinen eläin, eläimellinen ihminen. Jyväskylä: Atena.

Vygotsky, L.S. 1997. The History of the Development of Higher Mental Functions. Teoksessa: Rieber, R. (toim.) The Collected Works of L.S. Vygotsky. Volume 4. New York: Plenum Press.

Warner, B. 2006. Hardcore Zen. Helsinki: Basam Books.

Wilber, K. 2000a. Sex, Ecology, Spirituality. The Spirit of Evolution. Boston: Shambhala.

Wilber, K. 2000b. A Brief History Of Everything. Boston: Shambhala.

Wilber, K. 2004. A Theory of Everything. An Integral Vision for Business, Politics, Science and Spirituality. Dublin: Gateway.

Wilber, K. 2009. Kaiken lyhyt historia. Helsinki: Basam Books.

Wilber, K., Engler, J. & Brown, D.P. 1986. Transformations of Consciousness: Conventional and contemplative perspectives on development. Boston: Shambhala.

Zakopoulos, A. N. 1975. Plato On Man. New York: Philosophical Library.

### **Internet lähteet**

Kivelä, Ari. 1997. Pedagoginen toiminta – paradoksiko? Lähtökohtia sivistysteoreettisesti orientoituneelle pedagogisen toiminnan rekonstruktiolle. <http://wwwedu.oulu.fi/~akivela/arilis.htm> URL: 3.1.1997.

Krishnamurti, U. G. 1982. Mystique of Enlightenment. Saatavilla <http://www.well.com/~jct/> URL: 15.10.2008.

Lehtinen, E., Vauras, M., Salonen, P. & Kinnunen, R. 2001. Oppimisteoriasta oppimisympäristöön. Saatavilla osoitteessa: [http://edu.utu.fi/papers/oppimisteoriasta\\_oppimisymparistoon](http://edu.utu.fi/papers/oppimisteoriasta_oppimisymparistoon) URL: 3.3.2006

### **Lehtiartikkelit**

Aukia, J-P. 2008. Mitä vauva kuulee? Apteekin Hyllyltä 2008 (2), 64–65.

Assagioli, R. 2006a. Spiritual development and nervous diseases – part I. The Beacon 2006 (4), 16–22.

Assagioli, R. 2006b. Spiritual development and nervous diseases – part II. The Beacon 2006 (5), 13–19.

Jakonen, JP. 2008. Kotona Kosmoksessa – Henkisyiden haasteet uudella vuosituhannella. Uusi Safiiri 2008 (1), 39–50.

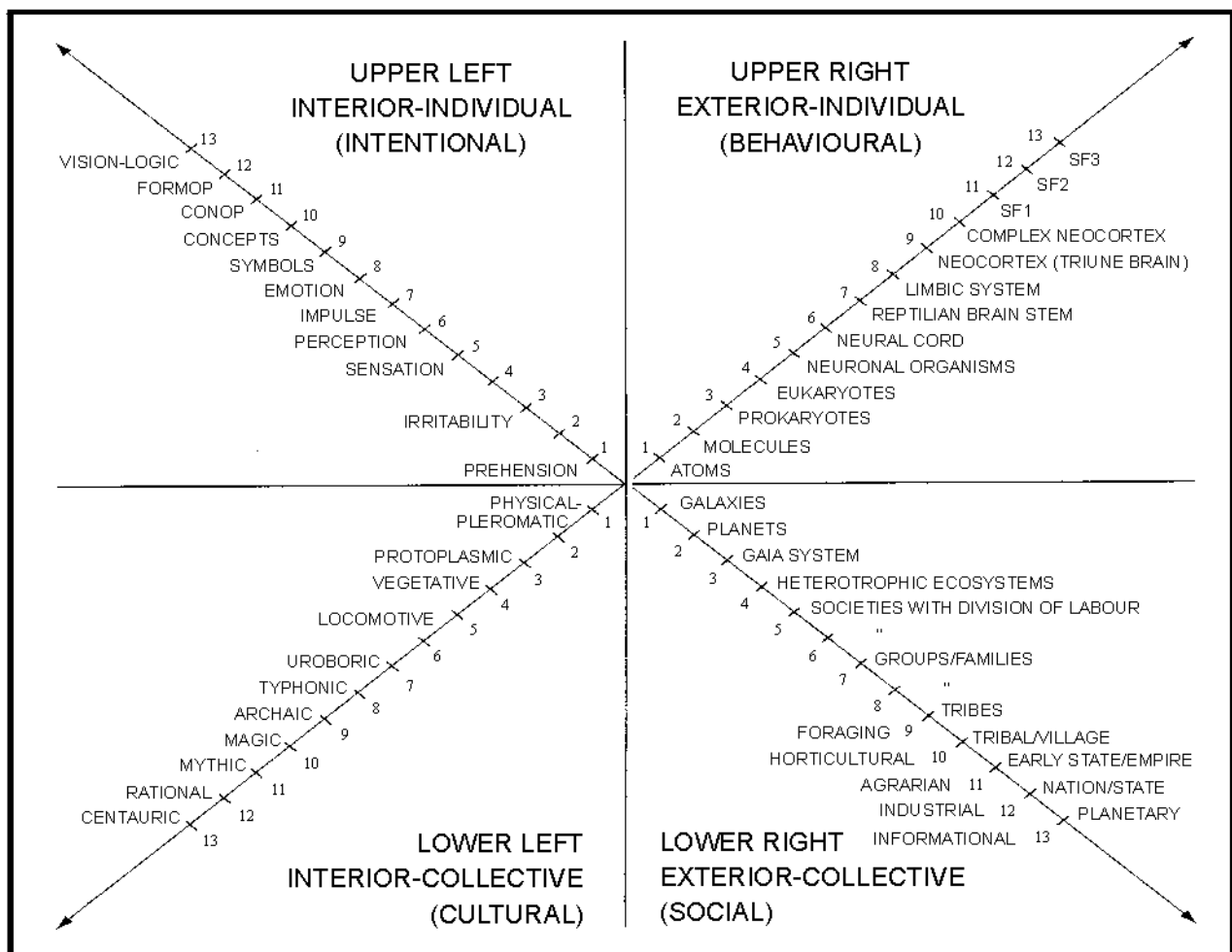
Laughlin, C. 1993. Fuzziness and phenomenology in ethnological research: insights from fuzzy set theory. *Journal of Anthropological Research* 1993 (1), 17–37.

Partanen, A. 2011. Meditaatio keventää sydämen työtaakkaa. *Luontaisterveys* 2011 (3), 31–35.

Seppänen, T. 2008. Vauvasta valaistuneisiin – Tietoisuuden kehitys Ken Wilberin ajattelussa. *Uusi Safiiri* (1), 51–61.

## LIITE 1

### KOSMOS



Kuvio 1. Neljän kulmauksen malli on kokonaistavan filosofian perusta. (Wilber 2000b,



1.)

## LIITE 2

### Kosmoksen Periaatteet

Wilber (2000b, 313–314; myös 2000a; 2009) on listannut noin parikymmentä universaalia periaatetta, joita evolutionaarisilla systeemeillä on taipumus seurata. Nämä periaatteet ovat siis eräänlaisia kosmisia kaavoja. Olen tiivistänyt ne tässä kahteentoista periaatteeseen, sillä on makuasia kuinka monta kohtaa periaatteiden kuvaamiseen tarvitaan. Wilber (2000a, 41) ei myöskään ole kiinnostunut väittelemään, että ovatko nämä ikuisia lakeja vai vain suhteellisen stabiileja muotoja, joita *Kosmos* näyttää seuraavan, jos oikein tarkasti ja laajalti katsoo (vrt. Platonin *ideat*; ks. Varto 1993, 48–49). Tässä on yksinkertaisesti pyritty käsitteellistämään periaatteet, jotka luovat selkärangan evoluutiolle.

1. Todellisuus kokonaisuutena, pohjimmiltaan ei koostu niinkään partikulaareista, universaaleista tai prosesseista, vaan *holoneista*. Holonit ovat itsenäisiä kokonaisuuksia, jotka ovat osia suuremmista kokonaisuuksista, esim. kokonaiset atomit, ovat osa kokonaisia molekyyliä, jotka ovat osa kokonaisia soluja jne.
2. *Holoneilla* on kolme perustavanlaatuaista ominaisuutta: A) itsensä säilytyskyky (itsenäinen toimija), B) itsensä sovittelukyky (yhteys ympäristöön), C) itsensä transendenttoimis- eli ylittämiskyky eli kyky tarvittaessa mennä itsensä ”tuolle puolen” (lisäten luovasti jotain uutta jo olevaan) ja D) itsensä tuhoamiskyky (kaikki on katoavaista).
3. *Holonit* ilmentyvät – ja ne ilmentyvät nimenomaan holarkkisesti eli hierarkkisesti. Näkyvä imentyy ilmentymättömästä. Kosmoksen luovuus saa ne ilmentymään. Tätä

luovaa voima vois hyvällä syyllä kutsua myös Hengeksi.

4. Jokainen uusi ilmentynyt *holoni* ylittää - mutta samalla sisällyttää itseensä - edeltäjänsä.
5. Matalampi *holonien* taso asettaa aina holarkian seuraavan tason mahdollisuudet; korkeampi taso puolestaan asettaa matalamman tason todennäköisyydet.
6. *Holonien* erillisten tasojen määrä holarkkiassa kertoo kuinka korkean tason holoneista on kyse; holonien määrä yhdellä tasolla puolestaan kertoo laaja-alaisuuden. Esimerkiksi molkyylejä on enemmän kuin eläviä soluja, eli molekyyli ovat laajemmalle levinnyt, mutta solu on korkeamman tason holoni.
7. Jokainen evoluution uusi taso nousee korkeammalle, mutta on suppeammin levinnyt. (Mitä korkeammalla tasolla ollaan, sitä enemmän tietoisuutta omataan.)
8. Tuhota yksi *holonien* taso ja tuhoat kaiken, joka on sitä tasoa korkeammalla; mutta et mitään joka on sitä matalammalla. (Esimerkiksi tuhoamalla solut tuhotaan elämä, mutta ei tuhota molekyyliä.)
9. Holarkiat kehittyvät myös yhdessä muiden holarkkioiden kanssa ko-operatiivisesti.
10. Mikrokosmoksella on vastine makrokosmoksessa kaikilla tasoillaan.
11. Evoluutiolla on suunta: A) lisääntyvä *kompleksisuus* eli monimuotoisuus, B) lisääntyvä *differentiaatio* eli erilaistuminen ja *integraatio* eli kokonaisuudeksi yhdistyminen, C) lisääntyvä *organisointuminen* eli yhteen kuuluvien osien järjestyminen tarkoituksenmukaiseksi toimivaksi kokonaisuudeksi ja *struktuuraatio* eli olioiden relaatioiden hahmottuminen jäsentyminen kokonaisuutena, E) lisääntyvä *telos* eli tarkoituksenmukaisuus.
12. Jokaisella *holonilla* on ”velkakirja” *Kosmokselle* ja lopulta kaikki velat peritään Tyhjyydessä eli ilmentymättömässä Ykseydessä, joka on ollut olemassa ja on oleva, ennen ja jälkeen muotojen eli holonien ilmenemisen. (Wilber 2000b, 313 – 314.) ”**Sitä ei voida nimittää tyhjyydeksi tai tyhjyydettömyydeksi, tai kummaksikin tai ei kummaksikaan; mutta jotta se voidaan tuoda esiin, sitä nimitetään tyhjyydeksi.**” (ks. Lao-Tse 1989.)

Ihmiskunnan evoluution ja ihmisyksilön kehityksen jokaisessa vaiheessa tähän maailmaan ilmentyy jotain uutta – uutta syvyyttä. Ja jokainen uusi askel syvemmälle on transendenttointia eli toiselle puolelle menemistä - aikaisemman ylittämistä. Korkeampi tietoisuuden taso takaa laajemmat näköalat ja mahdollisuuden ottaa huomionsa syleilyyn suurempi osa *Kosmosta*. (Wilber 2000a, 263.)

***Kaava: Mene itseesi=ylit*** ***itsesi=enemmän*** ***myötätuntoa*** ***ulospäin.***  
(Wilber 2000a, 263.)